SIVAN SITHTHAR

அகத்தியர் அந்தரங்க தீக்ஷா விதி

ஆசிரியர்:
வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமய்யர், B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர்
டாக்டர். R. அஞ்சனாதேவி (ஆசிரியர் மகள்)
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை - 600 106.

அகத்தியர்
அந்தரங்க தீக்ஷாவிதி

இந்நூலை வாசிப்பவர்களில் நூற்றில் ஒருவர்.
ஆயிரத்தில் ஒருவர் அல்லது கோடியில்
ஒருவராயினும் பயன் அடைவார்களாயின், நான்
செய்யும் இந்தத் தொண்டு பயன் தந்தது எனப்
பெருமையடைவேன். மனம் நிறைவு கொள்வேன்.
எல்லாம் வல்ல இறைவனது கருணையை நினைத்து
நினைத்து மனம் நெகிழ்வேன்.

ஆசிரியர் : V. பலராமய்யா, B.A.B.L.,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர்
அருள் ஜோதி பதிப்பகம்
10, ஜட்ஜ் பங்களா,
சஞ்சீவி நகர், பாஞ்சாலி அம்மன் கோவில் தெரு,
அரும்பாக்கம், சென்னை – 600 106.
22521

முதற்பதிப்பு : ஜூன் 1986
இரண்டாம் பதிப்பு : ஆகஸ்ட் 1990
மூன்றாம் பதிப்பு : ஆகஸ்ட் 1994.

விலை ரூ. 25-

அச்சிட்டோர் :
எஸ். கே. ஆர்ட்பிரிண்டர்ஸ்,
24, சின்னப்ப ராவுத்தர் தெரு, சென்னை - 5

உளங்கனிந்த இதய அஞ்சலி

இந்நூலின் ஆசிரியர், வைத்தியரத்தினம், அமரர் வி. பலராமய்யா அவர்களுக்குப் பதிப்பகத்தாரின் இதய அஞ்சலி.

தங்களின் செல்வமகளாகிய நான் தங்களிடம் அனுபவப் பூர்வமாகக் கற்றுக்கொண்ட சித்த மருந்துகள் செய்யும் முறையைக் கொண்டும், தாங்கள் எனக்கு இளவயது முதல் தாங்கள் மறைந்ததுவரை போதித்து வந்த அனைத்து விஷயங்களையும் கற்றுத் தேர்ந்ததைக் கொண்டும், இன்று வரை இந்த அருள்ஜோதி பதிப்பகத்தை இயக்குவதிலும், மேலும் தங்களின் சித்த மருந்துகள் செய்யும் முறைகளைக் கற்றுக் கொண்டதினால் 'R. A. தேவி புற்றுநோய் சித்தவைத்தியசாலை' என்கின்ற வைத்தியசாலையைத் தாங்கள் வாழ்ந்த அதே ஜட்ஜ் பங்களா, அரும்பாக்கம் சென்னை—600105 என்ற முகவரியில் தங்கள் அருளால் தொடர்ந்து நடத்தி வருகிறேன்.

தாங்கள் சாகாவரம் பெற்ற சித்தர்கள் வழியில் தோன்றியவர். இப்புவியில் எங்கோ ஓர் இடத்தில் இருந்து கொண்டு எனக்கு அருள்புரிந்து புகழ்ச்சியும் பொருளும் ஈட்டித் தந்துகொண்டு இருக்கிறீர்கள் என்பதை என்னால் மறுக்கமுடியாது தாங்கள் என்றென்றும் எனக்கு நல் ஆசிகள் நல்கி என்னை மேலும் வளரச் செய்து தங்களின் மருத்துவப் புகழை மக்களுக்குப் பரப்பி 'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்' என்ற பழமொழியை உண்மையாக்கி, மக்களுக்குத் தொடர்ந்து சேவை செய்ய தங்களின் அருளை என்றென்றும் வேண்டும் தங்களின் மகள் என்கிற பெருமையை உடைய

R. அஞ்சனாதேவி

உரிமையாளர் :

அருள்ஜோதி பதிப்பகம் &
R. A. தேவி புற்றுநோய் சித்தவைத்தியசாலை
10, ஜட்ஜ் பங்களா
பாஞ்சாலி அம்மன் கோவில் தெரு
சஞ்சீவி நகர்
அரும்பாக்கம், சென்னை—600 106.
தொலைபேசி : 422521.

Dt. 14.3.1991.

I hereby authorise Smt. Anjana Devi, my second daughter residing at Arumbakkam, Madras to manage the Aruljothi Pathippagam and also enjoy the profit or loss arising out of such management. She is fully authorised to arrange for the publication of all my books with the above said Pathippagam for the time being and also to continue this activity after my life time also. The publication work has been pursued by me to educate the public and I wish that Smt. Anjana Devi is my only daughter who can fulfil my wishes and accordingly I entrust this publication work to her. Since I have assigned this work specifically to Smt. Anjana Devi to the exclusion of other legal heirs, I propose not to mention these aspects in any of my wills that are likely to be made in future. My best wishes to loving Smt. Anjana Devi

(Dr.V.BALARAMIAH)

To

Mrs. Anjana Devi,
Arumbakkam, Madras.

முன்னுரை

சுமார் 30-வருஷங்களுக்கு முன், ஓய்வுபெற்ற போஸ்ட் மாஸ்டர் ஒருவரால் (பெயர் ஞாபகமில்லை) பதிப்பித்திருந்த 84-பாட்டுக்களே இருந்த "அந்தரங்க தீஷாவிதி " என்ற புத்தகத்தைப் ஆசிரியருக்கு பார்க்க நேர்ந்தது. இவ்வளவுதான் செய்யுள்கள் இருக்கும் என நினைத்திருந்தார். அதைப் படித்துப் பார்த்ததில் கற்பத்தின் மகிமையைப் பற்றி விளக்கப்பட்டிருந்தது. மற்ற பல நூல்களில் காணப்படாத அரிய விஷயங்கள் எல்லாம் அதில் காணப்பட்டது. இது சம்பந்தமாக ஆசிரியர் மற்றவர்களிடம் பேசிக்கொண்டு இருந்தபோது அந்தரங்க தீக்ஷாவிதி என்னும் நூல் 400-பாடல்களைக் கொண்டது எனத் தெரிய வந்தது. 400 - பாடல்களையும் கொண்ட முழுநூல் இதுவரையிலும் அச்சுக்கும் வரவில்லை யென்றும் கேள்விப் பட்டார். கேள்விப் பட்டதிலிருந்து முழுநூலுக்குரிய 400- பாடல்களும் கிடைக்கவில்லையே என்று ஏக்கங் கொண்டு இருந்தார்.

சென்னை மயிலாப்பூர், ராஜா அண்ணாமலை புரத்திலிருந்து வந்து கொண்டிருந்த ராயர் என்னும் நண்பர் ஒருவரிடம், இந்நூல் சம்பந்தமாக ஆசிரியர் பேசிக்கொண்டு இருந்தபோது, தன்னிடம் மேற்படி நூலின் கைப்பிரதி ஒன்று இருப்பதாகவும், அது தனக்குப் பயனில்லை யென்றும், அதைக் கொண்டு வந்து கொடுப்பதாகவும் கூறி, சொன்னபடி அந்த கைப்பிரதியை தந்தார். அந்த கைப் பிரதியிலும், தலைப்பு அந்தரங்க தீஷாவிதி 400-என்றிருந்தது. படித்துப் பார்த்ததில் அதிலும் 16-பாடல்கள் குறைந்திருந்தது. அப் பிரதியில் சில இடங்களில் ஏடுகள் கிழிந்து இருந்ததால் அதனால் தவறி இருக்கலாம் என்று கருதியிருந்தார். இந்நூலின் பாடல்கள் பூரணமாய்க் கிடைக்கவில்லையே என்று வருத்தப் பட்டுக்கொண்டு இருந்தார்.

அந்த சமயத்தில், திருக்கழுக்குன்றத்தில் வசித்துவரும். சித்தவைத்தியத்தில் மிக ஆர்வமுடைய திரு. ராஜா. என்னும் பெரியவர் ஆசிரியரிடம் சிகிச்சைக்கு வந்திருந்தபோது, மேற்படி அந்தரங்க தீஷாவிதியின் கைப்பிரதி ஒன்று, தன்னிடம் ஒன்று இருப்பதாகக் கூறி, அதை மறுசமயம் வந்தபோது கொண்டுவந்து ஆசிரியரிடம் தந்தார். இது நடந்து ஏறக்குறைய 10 - வருஷங்களுக்குமேல் ஆகின்றன. அதையும் படித்து ஆராய்ந்தபோது அதிலும் சில பாடல்கள் குறைவாக இருந்தன. முன்பு திரு. ராயர் என்பவர் கொடுத்திருந்த கைப்பிரிதியையும், திரு. ராஜா என்பவர் கொடுத்திருந்த கைப் பிரதியையும் ஒப்பிட்டு

நோக்கி ஆராய்ந்தபோது, அதில் குறையும் பாடல்கள் இதிலும், இதில் குறையும் பாடல்கள் அதிலும் இருக்கக்கண்டார் ஆசிரியர். அதிர்ஷ்ட வசமாகக் கிடைத்த இப்பிரதிகளில் இருந்த பாடல்களையெல்லாம், முறையாக ஒழுங்கு படுத்தி ஆசிரியரும் ஒரு கைப் பிரதியை பூரணமாக எழுதி முடித்தார்.

இதைப் பதிப்பிக்க வேண்டுமென்று பல வருஷகாலமாக ஆவலுடன் நினைத்துக் கொண்டிருந்தார். எக்காரணத்தாலோ காலதாமதம் ஆகிக்கொண்டே வந்தது. பணம் செலவு செய்து பதிப்பித்தால் விற்பனை ஆகுமோ ஆகாதோ என்ற சந்தேகம் வேறு ஆசிரியரிடம் இருந்தது. இப்படிப்பட்ட அரிய பெரிய நூல்களை அச்சுக்குக் கொண்டு வராமல் இருப்பதும் பெரிய பாவம் என்றே ஆசிரியருக்கு மனச்சாட்சி உறுத்திக் கொண்டேயிருந்தது. 1986–ம் வருஷம் பிப்ரவரி மாதம் ஆசிரியர் உடல் நலம் மிகவும் பாதிக்கப்பட்டது. இந்தநூலையும், அகத்தியர் பன்னீராயிரம் தொகுப்பு என்ற நூலையும், மற்றும் அனுபவ சித்த வைத்திய முறைகள் என்னும் நூலையும் பதிப்பிக்க வேண்டுமென்று, மயிலாப்பூரில், அனுபவ சித்த–ஆயுர் வேத வைத்திய சாலையைச் சிறந்த முறையில் நடத்தி வருபவரான, ஆசிரியரின் அன்பிற்கு உகந்த டாக்டர், R.K. சேகர் R.I.M.P. என்னும் தன் மாணவரிடம் ஆசிரியர் பேசிக்கொண்டு இருந்தபோது துரிதமாக இதற்கு ஏற்பாடு செய்யுங்கள் என, ஆசிரியருக்கு மிகவும் உற்சாகம் உண்டாகும் வகையில் ஊக்கப்படுத்தினார். திரு. R.K.சேகர். அதன் விளைவாகவே இப்புத்தகம் முதற்பதிப்பாக 1986ல் வெளிவந்தது.

முன்னுரையில் முன்னதாக ஆசிரியர் கூறியிருக்கின்ற போஸ்ட்மாஸ்டர் அவர்களுக்கும், ஏட்டுச் சுவடிகள் தந்துதவிய திரு-ராயர் அவர்களுக்கும், மற்றுமொரு கைப்பிரிதியைக் கொடுத்துதவிய திருராஜா அவர்களுக்கும், எனக்கு சிரமம் ஏதும் இல்லாதபடி புரூஃப் முதலியன பார்த்து புத்தகத்தின் 3–ம் பதிப்பை முடித்துகொடுத்த திரு. ரவிஷங்கர் (என் கணவர்) அவர்களுக்கும், இப்புத்தகத்தை சீரிய முறையில் மிக அழகாக அச்சிட்டுத் தந்த எஸ்.கே. பிரிண்டர்ஸ் அவர்களுக்கும் எனது நன்றி என்றென்றும் உண்டு.

Dr. R. அஞ்சனாதேவி
ஆசிரியர். V.பலராமய்யா B.A.,B.L.,
அவர்களின் மகள்.

உ

அகத்தியர்

அந்தரங்க தீக்ஷாவிதி

1. சோதியெனும் மனோன்மணியை தியானம் செய்து
சுகமான அந்தரங்க தீக்ஷை பாட
ஆதியெனுங் கணபதியும் வல்லபையுங் காப்பு
அரசான பிரம்மனொடு சரஸ்வதியும் காப்பு
நீதியெனும் மாலுடனே லக்ஷிமியுங் காப்பு
நின்றிலங்கும் ருத்திரனும் ருத்திரியும் காப்பு
ஓதிய தோர் மயேஸ்வரனும் மயேஸ்வரியும் காப்பு
உறுதியுள்ள சதாசிவனும் மனோன்மணியும் காப்பு.

பொருள் : வாலையெனும் பெண் சோதியாய் விளங்குகிறுள். கணபதி, வல்லபை, பிரம்மா, சரஸ்வதி, திருமால், லட்சுமி என்பதெல்லாம் ஆண் பெண் இனங்களைக் குறிப்பதாம்.

2. மணியான ரவி மதியும் சுழிமுனை காப்பு
மகத்தான வேதியர்தம் பாதங் காப்பு
கனியான நால்வேதம் அந்தம் காப்பு
கருணை வளர் சாஸ்திர மோர் ஆறுங்காப்பு
அணியான ஆதார சொரூபங் காப்பு
அருளான அமுர்தரச போதங்காப்பு
தனியான பராபர மாம் சோதிகாப்பு
சதாநந்த பூரணமாம் தாய் காப்பாமே.

பொருள் : அந்த ஆண் பெண் இனத்தையே ரவி, மதி, சுழிமுனையென்றும், நான்கு வேதங்களின் அந்தம், ஆறு சாஸ்திரமாக விளங்கும் பூரணத்தாயின் பாதங்களை வணங்கப்படுகிறது. வேதியர் என்பதற்கு அதாவது ரசத்தை வேதிப்பவர் என்று பொருள் கொள்ளவேண்டும்.

3. தாயான சிவயோக மூலங்காப்பு
சகலகலைக் கியான மணிபீடங் காப்பு
மாயாத வாசி மலர் அனந்தங்காப்பு
மணிமந்திர நாத வொளி கிதங்காப்பு
சாயாத அடிமுடியும் நடுவும்காப்பு
சகலமாந் தேவாதி ரிஷிகள் காப்பு
தோயாத வாசியடா மவுனங்காப்பு
தொந்தமாம் அகாரமுடன் உகாரங்காப்பு.

பொருள் : சிவயோகத்துக்கு ஆதாரமான மூலத்தை தொழுகிறேன். மணி, மந்திரம் ஔஷதம் எனும் மூன்றுக்கும் ஆதாரமாயுள்ள அடி, முடி, நடு என்னும் அகர உகரத்தைத் தொழுகிறேன். வாசியைத் தொழுகிறேன்.

4. உகாரமென்ற நாதமடா சத்தி காப்பு
உறுதியுள்ள அகாரமடா சிவமே காப்பு
சிகாரமென்ற சோதியடா வாலை காப்பு
சிவசிவா மகார மென்ற மௌனங் காப்பு
வகாரமென்ற பஞ்சகண தீக்ஷை காப்பு
மகத்தான சடாக்ஷரமாம் ஆதி காப்பு
நகாரமுதல் யகார வரை ஓங்காரத்தில்
நாடி நின்ற சூக்ஷமடா ஆதி காப்பு.

பொருள் : ஓங்காரத்திலிருந்து வெளிப்பட்ட உகாரமே நாதமெனும் சக்தி அகாரமே சிவம். வாலையென்பதே சிகாரம். மகாரமென்பது அகர உகரம் சேர்ந்ததாம். வகாரமென்பது தீட்சையின் முடிவாம். இவைகள் எல்லாவற்றிற்கும் ஆதாரமாக விளங்குவது ஓங்காரமாம். ஓங்காரமே ஆதியாம்.

5. ஆதிகுரு வேதியர்தம் பாதம் போற்றி
அருள்பெருகும் கேசரியைப் பூசை பண்ணி
சோதியெனும் அந்தரங்க தீக்ஷை பாட
சுயஞ்சோதி ஆதியந்த சுழினை காப்பு
நீதியுடன் ஆதார மூலந்தன்னில்
நின்றிலங்கும் பிராணயம் கண்டோர் காப்பு
ஓதியதோர் கலைமகளும் பூ மகளும் காப்பு
உண்மையுள்ள ஜெய மகனும் காப்பு.

பொருள் : ஆதியை அறிந்தவர்களும், மூலத்தையறிந்து வாசியை பயிற்சி செய்வோர்களும், சுயஞ்சோதியாயுள்ள ஆதி அந்தம் சுழினைக்கு வணக்கம்.

சின்மய சொரூபதரிசனை

6 தானான தன்னுக்குள் மூலங்கண்டு
தலமான சிவ யோகத்தி லிருக்கும்போது
கோனான வேதியரை அடுத்து யானும்
குறியான பூரணத்திற்குறுதி கேட்டேன்
ஊனான பூரணத்திற்குறுதி கேட்க
உண்மையுள்ள அகஸ்தியனே வாவென்றேதான்
தேனான வடமொழியைக் கையிலீந்து
திருவான பூரணத்தின் திறஞ்சொன்னாரே.

பொருள் : தன்னையறிதலே தலைவனையறிதலாம். தனக்குள் சந்தேகமற சிவயோகமென்ற வாசி மூலத்தை அறிந்து, அவ்விடத்தில் லயமாகி யிருக்கும்போது, யோகியரை அடுத்து பூரணத்தை விளக்கத்தைப் பற்றிக் கேட்டேன். வடமொழியில் வரைந்துள்ள ஒரு நூலை என் கையில் கொடுத்து பூரணத்தின் திறமையைச் சொன்னார்கள். வா! அகத்தியனே! என்று வேதியர்கள் மகிழ்ந்தார்கள்.

7. திறஞ்சொன்ன மகிமையை நான்பெற்றுக் கொண்டு
திருவான வடமொழியை நன்றாய்ப் பார்த்தும்
பரஞ்சேர்ந்த பூரணமா மறைவையறிப்
பாடினேன் அந்தரங்க தீக்ஷை மைந்தா
சரமான வாசியினால் ஊதிக் கொண்டு
சந்தோஷ மாகவே நானூறும்
வரஞ்சேர்ந்த தவமதினால் பாடி நானும்
மகத்தான வேதியர் முன் வைத்தேனதானே.

பொருள் : நான் வடமொழி நூலை நன்றாகப் பார்த்தேன். விளக்கம் கண்டேன். அதையே சரமான வாசியை அடக்கங் கொண்டு அந்த நானூறு பாடல்களையும் பாடி அந்த யோகியர் முன் வைத்தேன்.

8. தானான அந்தரங்க தீக்ஷை நன்றாய்த்
தன்மையுடன் ஆதியந்த மயவாய்ப் பார்த்து
தேனான வடமொழியைத் தமிழா றுரூஹம்
திரமான கருவைபரம நன்றாய்ச் சொன்னீர்
ஊனான உலகமதில் உலகோர் கண்டால்
உறுதியுள்ள கைலாயம் ஆடம் கொள்ளாது
மானே கேள் அந்தரங்க தீக்ஷை நியும்
மாரக்க முடன் அந்தி சந்தி பார் என்றாரே.

பொருள் : அந்த யோகிகள் சொன்னதாவது; தமிழ்மொழியில் ஆதி அந்தத்தை மிகத் தெளிவாகச் சொல்லிவிட்டீர்கள். கருவை விளக்கமாகச் சொன்னதை உலகோர் கண்டுவிட்டால் எல்லோரும் காயசித்தி பெற்று கைலாயத்தில் இடம் பெறுவர்.

அப்பொழுது கைலாயத்தில் இடமில்லாமற் போய்விடு மென்றனர்.

மேருதன்னுக்குள் பொதிகைமலை

9. பார் என்று சொன்ன மொழிபெற்றுக்கொண்டு
பதிவான பொதிகைதனில் வாசமாகி
நேரான அந்தரங்க தீக்ஷை பார்த்து
நிச்சயமாய் அஷ்டாங்க யோகம் பார்க்கில்
கார் என்ற பொதிகை மலைச்சார்புக்குள்ளே
சார்ந்திருந்த தபோதனர்கள் தாமே கூடி
பேருஎன்ற பொதிகைதனில் முடிமேல் வந்து
என்னுடைய பாதத்தைப் பணிந்திட்டார்கள்.

பொருள்: பொதிகை மலையில் வாசம் புகுந்தேன். அங்குள்ள தபோதனர்கள் எல்லாம் வந்து என் பாதங்களை வணங்கினார்கள்.

10. பணிந்து மிக அனைவரும் இருகை கூப்பி
பரமகுரு தேசிகரே பரிவாய் நீரும்
கனிந்து மிக அந்தமதில் கருணையாகக்
கடாக்ஷித்து அந்தரங்க தீக்ஷையை நாங்கள்
அறிந்து அதன் தரிசனத்தைப் பார்ப்போமென்று
அனைவோரும் ஒருமனதாய் அருள் கண் கூர்ந்து
துணிந்து வந்தோம் உம்முடைய பாதந்தன்னில்
சுகமாக அருமைபடத் தாருமென்றாரே.

பொருள்: அந்தரங்க தீக்ஷையை அறிந்து அதனுடைய மகிமையை நாங்கள் பூரணமாக உணர. தங்கள் பாதங்களைப் பணிகிறோ மென்றனர்.

11. ஆறென்று சொன்ன தபோதனரைப் பார்த்து
ஆறுலக்ஷம் சொன்னநூலே சுருக்கமன்னூல்
காமறவெறு சற்குருவாய்ச் சொன்னேனும்
காசினியில் தபோதனர்கள் கருணையாக
வாறென்றும் சொன்னதொரு தீக்ஷையார்க்கும்
வளமான சவுக்கார வழலைப் போக்கு
மேலான காப்பதிலே ஆறு லக்ஷம்
விண்டதிலே சூக்ஷமதாய் இந்நூல் கண்டேன்.

12. கண்டதொரு நான் சொன்ன சகல நூலைக்
கடைந்தெடுத்து அந்தரங்க தீக்ஷை பாடி
கொண்டதொரு சூத்திரத்தைக் குரு முன்வைத்தேன்
குருவான என்குருவும் நன்றாய்ப் பார்த்து

விண்டதொரு அந்தரங்கம் ஆதி சூக்ஷம்
விளம்பரிது விளம்பரிது பதனம் பண்ணி
அண்ட கேசர மதிலே தவஞ்செய்யென்று
ஆதிகுரு வேதியரும் சொன்னார் பாரே.

பொருள்: (11-ம் 12-ம்) இந்த அந்தரங்க தீக்ஷாவிதி ஆறு லட்சம் பாடல்களின் சுருக்கமாகும். இதில் சவுக்கார வழலைப் போக்கு வெகு எளிய முறையில் சொல்லப்பட்டுள்ளது. இதை என் குரு கண்டு ஆச்சரியங் கொண்டார். நீ இதைப் பதனஞ் செய்து விட்டு கேசரத்தில் தவம் செய் என்றனர்.

ஆதிகேசரி வித்தை

13. பாரப்பா சொல் மொழிகள் தவரொன்றாது
பக்தியொடு உத்திரவு பெற்று வந்தால்
நேரப்பா அந்தரங்க பொருளும் சொல்லி
திறமான தீட்சையுட நிலையும் காட்டி
தேறப்பா வென்று மன உறுதி சொல்லி
செய்ததொரு சாஸ்திரமும் ஈவோ மென்று
வேறப்பா மேருவின் முடியிற் சொன்னேன்.
விளம்பியதோர் அந்தரங்க தீக்ஷை சொல்வேன்.

பொருள்: அந்தரங்கமான பொருளின் விவரமும், அதன் தீட்சையின் நிலையையும் இதில் காட்டியுள்ளேன்.

14. சொல்லக்கேள் அந்தரங்க தீக்ஷை மைந்தா
சுகமாக வடமொழியை தமிழ்நான் செய்தேன்
அல்லக்கேள் ஆதி முதல் சொன்ன நூலில்
அரிதரிது இதன் பெருமை யாருங் காணார்
விள்ளக்கேள் அந்தரங்க தீக்ஷை நூலை
மேலான பதவிதனில் பதனம் பண்ணி
உள்ளத்தில் தன்னொளிவு போலே நீயும்
உண்மையுடன் அந்தரங்க பூசைபண்ணே.

பொருள்: வடமொழியிலிருந்ததை தமிழ் மொழியில் சொன்னேன். இதனுடைய உண்மைப் பொருளை அறிந்து கொண்டு அந்தரங்க பூசை செய்வாயாக.

மேரு தரிசனை திருச்சிற்றம்பலம்

15. பண்ணப்பா அந்தரங்க பூசை பண்ணி
பதிவான தீக்ஷை விதி அறிந்து கொள்ளு
என்னப்பா புலத்தியனே மறந்திடாதே
இகபர சாதன முழுதும் இதிலே சித்தி

முன்னப்பா சொன்ன சாஸ்திரங்க ளெல்லாம்
முன்பின்னாய்த் தோணாமல் சொல்லி வைத்தேன்.
கண்ணப்பா கண்மணியே இந்த நூலில்
காட்டினேன் மேருக்கு தீப மாச்சே.

பொருள்: அகத்தியர் புலத்தியருக்குச் சொல்கிறார் அந்தரங்க பூசாவிதி சொல்கிறேன் இந் நூல் வாயிலாய் தீட்சை விதியறிந்து இகபர சாதனைகள் அடையலாம்.

16 ஆச்சப்பா மேருக்குத் தீபம் போலே
அரகரா அந்தரங்க தீக்ஷை பாரு
நீச்சப்பா கடினமென்று மலைக்க வேண்டாம்.
நேர்மையுள்ள முறைபாகம் கைபாகங்கள்
பாச்சப்பா வெகு தெளிவு இந்நூல்போலே
பகராது முன்சொன்ன சாஸ்திரங்கள்
காச்சப்பா இந்நூலைப் பதனம் பண்ணி
கனக முடன் சிவயோகம் கருவாய்ப் பாரே.

பொருள்: பிரம்மரந்தரத்தில் காணும் சோதியைப் போல் இந்நூல் விளங்கும் பார் கை பாகம் செய் பாகம் முறையோடு இந்நூல் விளக்கியதுபோல் வேறெந்த நூலும் சொன்னதில்லை.

17. கருவான அந்தரங்க தீக்ஷை நூலில்
கருணையுடன் விளம்புகிறேன் கருவாய்க் கேளு
திருவான கற்ப சாதனையினோடு
சொற் பெரிய யோக சாதனையின் போக்கு
உருவான வாசி சாதனையின் நேர்மை
உத்தமனே கற்பமுண்ணும் முறை பாகங்கள்
குருவான வாசி வசப் படுத்தலோடு
ஓர்மையுள்ள அண்ட சுண்ணம் யோகசித்தி தானே.

பொருள்: கற்பசாதனை கற்ப முண்ணும் முறைகள், வாசியை லயப்படுத்தும் முறைகள், சாகாமலிருப்பதற்கு அண்டச் சுண்ணம் சொல்கிறேன் கேள்.

அண்டச்சுண்ணம்

18. தானான முப்புவின் இலக்கணங்கள்
சர்வசித்தி கற்ப முண்டாம் துன்பம் போக்கும்
தேனான பூரண முறை காயசித்தி
திருவான ரசகுளிகை திடன் தான் கூறல்

ஊனான வாத முறை கற்ப லேகியம்
உண்மையுள்ள யோக ஜெபம் ஞான வெற்றி
பூணான முப்புவும் முடித்த லோடு
புலத்தியனே திராவகத்தோடு இன்னங்கேளே.

பொருள்: மற்றும் திராவகங்கள், ரசகுளிகை காயசித்தி பெறக் கூடிய முப்புவின் லட்சணங்கள், ரசவாத முறைகள், காய கற்பலேகியம் முதலியவைகளும் சொல்கிறேன் கேள்.

19. இன்னுங்கேள் சொல்லுகிறேன் யோக நிலையும்
இன்பமுள்ள அஞ்சனமும் மறைவின் மார்க்கம்
சொன்னதொரு வெகுகோடி தொழில்களெல்லாம்
துரிதமாய் இந்நூலில் காணலாகும்
வர்மமுள்ள மனங் கொண்டு குறிகண்டாக்கால்
அருள் நந்தி பிரகாச நயனந் தன்னில்
என்ன வொண்ணா திரு நடனங் காணலாகும்
ஏகாந்த சக்கரங்கள் தோணுந்தானே.

பொருள்: அது மாத்திரமா? யோக நிலை, அஞ்சனம், மறைப்புமை, திருநடனங்களைக் கண்களால் காணக் கூடிய முறைகளெல்லாம் சொல்லுகிறேன்.

20. தானென்ற சக்கரத்தின் அக்ஷரந் தன்னை
சாற்றுகிறேன் வேதமுறை சூக்ஷங்கேளு
தானென்ற சூக்ஷமடா விந்து நாதம்
தனையறிந்து நாதமுடன் விந்து சேர்த்து
கோனென்ற குரு அருளால் அங்குதித்தும்
கொண்டெழுந்த மடபதியின் என்ன சொல்வேன்
ஊனென்ன மடபதிக்கு உறுதியான
உண்மையுள்ள அக்கினியும் வாய்வுங் கூடி
தேனென்ற ஜீவாத்மா பரமாத்மாவாய்
சென்றிருந்து ஆகாரமானார் பாரே.

பொருள்: அக்கினி, வாயு என்று சொல்லக்கூடிய நாத விந்துக்களை சேர்க்கக் கூடிய முறைகளும் சொல்லுகிறேன். அதுதான் சக்கரத்தின் அக்ஷரமாகும்.

மந்திரம் என்னும் தலைப்பின் கீழ் அகத்தியர் சொல்கிறார்:
"சட்டமாஞ் சங்கமென்ற அகாரமாச்சு
சதாகோடி மந்திரமு மிதுவே யாச்சு
இட்டமா யெட்டெழுத்து மிதுவே யாச்சு
நெட்டெழுத்தா மிதற்குள்ளே யொடுக்கமாச்சு"
என்பதைக் காண்க.

சிதாகாசம்

21. பாரப்பா ஆதாரம் ஆறுதாரம்
பதிவான ஆதாரம் பரத்துக்குள்ளே
நேரப்பா அக்கினி தான் ஜீவாத்மாவாய்
நிறைந்து நின்றது அதுதான் பரமாத்மாவாய்
பேரப்பா பெருகி நின்ற சடத்துக்குள்ளே
பிலமாக நின்று திரு விளையாட்டாடி
காரப்பா ஆகாயம் சாக்ஷியாக
கருணையுடன் நின்ற தடா கருவாய் பாரே.

பொருள் : நான் சொல்லும் கரு பரத்துள்ளே ஆறுதாரமாயுள்ளது. அது அக்கினி என்னும் ஜீவாத்மாவாயும், வாயு என்னும் பரமாத்மாவாயும், ஆகாயம் சாட்சி பூதமாகவும், சடத்தினுள் நின்று விளையாடிக் கொண்டுள்ளது அறிவாயாக.

ஆதியந்தமறிய

22. பாரடா நான் சொன்ன ஆறு லக்ஷங் காப்பை
பரிசோதித்து உலகோர்க்காய் மனமிரங்கி
காரடா சுருக்கியே இந்த நூலில்
கருணையுடன் ஆதி அந்தம் உகந்து சொல்வேன்
ஆரடா ஆதியுள்ளே ஆதியந்தம்
அரகரா ஆதியந்தம் ஆண் பெண்ணுச்சு
நேரடா ஆண்பெண்ணாய் பிறந்தாலென்ன
நேர்மையுள்ள அறிவிப்போ சாக்ஷிதானே.

பொருள் : ஆதி அந்தமென்பது ஆண் பெண்ணுச்சு.

ஆதி பீடம் பிரம்மநிலை

23 தானேதான் தன் மனமே சாக்ஷியாக
தன்மையுடன் பூரணமாய் நின்றுயானால்
கோனேதான் தானவனாய் அருளே தங்கும்
கருவான நவக்கிரக ஆக்ஷத்தாலே
பூணா நீ பொற் கமல உச்சி மீதில்
பூரணமாய் நின்றிலங்கும் அருளே பெற்றால்
நானேதான் நீயெனவே நன்மையாக
நாட்ட முடன் வாசி யினால் நயந்து பாரே.

பொருள் : தன்னை யறிந்தால் தலைவனை யறியலாம். தான் தானாகவே விளங்கும். அந் நிலையில் அருள் தங்கும். ஆகவே வாசியின் குறியை உணர்ந்துகொள்.

24. பாரப்பா நயனவொளி ஆக்ஷத்தாலே
பரிவான மூலமதில் ஆறுதாரம்
காரப்பா ஆதார மார்க்க பீடம்
கண்ணிறைந்த முச்சுடரால் கமலபீடம்
நேரப்பா நின்ற தொரு விந்து பீடம்
நின்றிலங்கும் கற்பூர தீப பீடம்
ஆரப்பா அறிவார்கள் ஆதி பீடம்
அந்தரங்க பீடத்தை பூசை பண்ணே.

பொருள் : மூலத்திலுள்ளது ஆறுதாரம் அதுதான் ஆதி பீடம். முச்சுடராய் விளங்கும் கமலம் என்னும் வெண் தாமரை. அதுதான் விந்து. அந்த பீடத்தை அறிந்தவர்கள் யார் உள்ளார்கள்? அந்த பீடத்தைக் கொண்டுதான் நீ செய்ய வேண்டிய கிரியை யென்பதை அறிவாய்.

25. பூசைநெறி யறியாமல் ஆண்பெண் இரண்டும்
பொல்லாத மாய்கை வலை தன்னில் சென்று
ஆசைகொண்டு மோகமதில் அறிவு கெட்டு
அங்கமென்ற சங்கதியை யறியாமற்றான்
பாசமென்ற பல ருசியால் மனதை முந்தி
பரகதியை யறியாமல் மாண்டார் கோடி
ஓசையென்ற சத்தம் உதித் தடங்கும் வீட்டை
உத்தமனே மனக் கண்ணால் நித்தம் பாரே.

பொருள் : பூசையின் நெறிதெரியாது பலர் சாகிறார்கள். பூசையென்பது தேங்காயுடைத்து தீபம் ஏற்றுவதல்ல. ஒவ்வொருவரும் சித்தனே, சாகாதவனே. ஆனால் அவித்தை என்னும் மடைமையால், சத்சமுதித்து அடங்கும் வீட்டையறியாமல் கோடிக் கணக்கில் மாள்கின்றனர் "சித்தனாய்ப் பிறந் திருந்தும் புத்திதன்னில் 'செம்மையுடனறியாவிட்டாலென்ன சொல்வேன். சுத்தமுள்ள தேகமடா தேவரூப சொரூபமுள்ள தேகமதை அறியாமற்றான் பத்தாசை கொண்டு பல ருசியைத் தின்று பாழ்நரகிற் போவாற்குப் பலனுண்டாமோ சத்தமாய் நின்ற சிவசத்தி தன்னை சாதகமாய் பூஜை அனுஷ்டானம் செய்யே" என்பதைக் காண்க.

26. நித்தியம் நீ புத்தியுடன் பார்த்து மைந்தா
நேர்மையுடன் அந்தி சந்தி பூசை பண்ணே
சுத்தமுடன் சொல்லுகிறேன் புலத்தியா கேள்
சோதியென்ற ஆதார மூலம் பார்த்து
புத்தியுடன் அடிமூலம் தன்னில் நீயும்
பதிவாக இன்பமதாய் உருவே செய்தால்
சித்தியுள்ள கணபதி வல்லபையு மைந்தா
சிந்தைதனில் ஒளி விளக்காய் தெரிசிட்டாயே.

பொருள் : மகனே! நீ செய்யவேண்டிய தென்னவெனில் மூலத்தைக் குறிப்பாயறிந்து காலை மாலை பூசை செய்தால் கணபதி யென்னும் ஒளியை தெரிசிக்கலாம்.

27. தெரிசிப்பாய் தினந்தோறும் தியானம் பண்ணி
தீர்க்கமுடன் மானசமாய் பூசை செய்தால்
நெறி சித்தியாகியந்த நெறியிற் குள்ளே
நின்றிலங்கும் கணபதி வல்லபையை மைந்தா
பரிசுத்தமாக நீ தெரிசித்தாக்கால்
பக்தியுடன் சகலசித்தும் கைக்குள்ளாகும்
வருவித்த சித்திகளும் கைக்குள்ளாகும்
மகத்தான அமைப்படக்கம் சொல்லக்கேளு.

பொருள் : அவ்வித தியானம் செய்வதினால் அநேக விதமான சித்திகள் கைக்குள்ளாகும். இங்கு குறிப்பிடும் தியானம் வாசி என்பதை அறியவும்.

28. கேளப்பா அமைப் படக்கம் சொல்லக் கேளு
கிருபையுள்ள கணபதி வல்லபை மைந்தா
ஆளப்பா பிரம்மாவும் சரஸ்வதியுமானார்
அதின் பிறகு திருமாலும் லக்ஷிமியுமானார்
மேலப்பா ருத்திரனும் ருத்திரியுமானார்
மேன்மையுடன் மயேஸ்வரனும் மயேஸ்வரியும்
காரப்பா சதாசிவனும் மனோன்மணியு மானார்
காரண மெல்லாம் முடிந்து சத்தி சிவமாச்சே.

பொருள் : ஆண் பெண்ணாக சொல்லப்பட்ட மூர்த்திகளெல்லாம் சத்தி சிவமென்று முடிவாகச் சொல்லுவோமாக.

29. ஆச்சப்பா ஆதி பராபரந்தான் மைந்தா
அனுக்கிரகத்தால் உதித்த கணபதி வல்லபையு மைந்தா
மூச்சப்பா நிறைந்த சத்தி சிவமுமாகி
மூவுலகும் தானாகி முதலுமாகி
பேச்சப்பா நிறைந்த தொரு பஞ்சபூதம்
பேராகிப் பெருமையினால் பஞ்ச பூதம்
பாச்சப்பா பஞ்சகர்தான் அஞ்சு பேரும்
பக்தி கொண்டு ஆதியிலே ஓமென்றாரே.

பொருள் : ஆதிபராபரம் பஞ்ச பூதங்களாக நிறைந்து எல்லா வுலகும் அதுவாகி நின்றது. அதை ஓம் என்றனர். ஓம் என்ற மூலத்தினுள் பஞ்சபூதம் உள்ளன என்றனர்.

30. ஓமென்ற பிரணவமே ஆதி வஸ்து
உலக மெல்லாந் தானிறைந்த யோமசத்தி
தானென்ற சத்தியடா எவரும் தானாய்
சதா கோடி மந்திரத்துக்கு உயிராய் நின்று

ஆமென்று ஆடினதும் ஓங்காரம் தான்
அடி முடியாய் நின்றதும் ஓங்காரம் தான்
நாமென்ற ஓங்காரம் தன்னிலே தான்
நாடி நின்ற எழுவகையும் பிறந்தவாறே.

பொருள் : இந்த ஓங்காரமென்ற பஞ்சபூதத்தில்தான் 'அ' என்ற நாதம் அடிமுடியாய் நின்று எழுவகையான தோற்றமாய் புலனாகிறது அந்த "அ" என்பதே ஆதிவஸ்து சதாகோடி மந்திரத்துக்கும் அடிகோலாயிற்று. அதுவே அடிமுடியும்.

31. வாறான எழுவகையாம் தோற்ற மெல்லாம்
மகத்தான ஓங்கார வடிவ மாச்சு
பேரான வேத மொடு சாத்திரங்கள்
பெருகின்ற மந்திரங்கள் அஷ்ட கன்மம்
நேரான ஜெப தபங்கள் யோக நிஷ்டை
நின்றிலங்கும் கவுன முதல் வசிய மார்க்கம்
கூறான வாதமொடு வயித்திய மெல்லாம்
குருவான ஓங்கார குறிதான் கேளே.

பொருள் : வேதம், சாஸ்திரம், மந்திரம், ரசவாதம், வயித்தியம், வசியம் முதலிய எல்லா கலைகளும் ஓங்காரத்தை ஆதாரமாகக் கொண்டுள்ளது. அந்த ஓங்காரம் என்ன வென்பதைச் சொல்கிறேன்.

32. காணவே ஓங்காரம் பிரதானந்தான்
கருவான ஆதார மூல பீடம்
தோணவே மூல மென்ற ஆதாரத்தில்
துலங்கி நின்ற ஆவியடா வாசியாச்சு
பேணவே ஆவியென்ற வாசி யேறி
பெருகி நின்ற ஆதாரங் கடந்தப்பாலே
பூணவே ரவி மதியும் சுடரில் சென்று
புத்தியுடன் பூரணமாய் தீபம் பாரே.

பொருள் : இந்த மூலாதாரத்தில் வாசியேறி நிற்கிறது. அந்த ஆவிதான் வாசி சூரிய சந்திரர்களின் சுடரிற் சென்று பூரணமாய் நிற்கிறது. அதையே நீ உற்றுப் பார்.

ராஜயோகத்துண்மை அகார தீக்ஷை

33. பாரப்பா தீப மென்றால் அறிவின் கண்ணு
பக்தி கொண்டு அறிவதனால் புருவ மேவி
சாரப்பா கண்டமதில் அங்கென் றாணி
சதாபோத பூரணமாய் நின்று பார்த்தால

நேரப்பா நின்றிலங்கும் சோதி போலே
நித்தியமும் சுத்தமுடன் நினைவாய்ப் பார்த்தால்
ஆரப்பா வென்றதொரு ஆருகாரம்
ஆதி சிவஜோதி மய மாகுந்தானே.

பொருள்: கண்டத்தினுள்ளிருக்கும் நாம்பினை யொட்டி அண்ணாக்கினூடே பார்க்கால். ஆதிசிவ ஜோதியின் அகண்ட சச்சிதானந்த ஒளியைப் பார்க்கலாம்.

சூக்ஷும அண்டம்

34. தானான ஆதார ஜோதி போலே
சங்கையுடன் தோணுமடா அங்கே பாரு
வானான அண்டமதில் நடுவே பார்த்தால்
வகையாகத் தோணுமடா பஞ்சரூபம்
தேனான வடிவு பஞ்ச ரூபமாகி
சிவ ரூபமான செயலாருங் காணார்
கோனான சிவரூபம் தான் தானென்று
குறித்த மனம் நிறுத்தி நித்தம் பூசை பண்ணே.

பொருள்: சிதாகாசமாகிய அண்டத்தின் மத்தியில் நீ பார்த்தாயாகில் சிவரூப தரிசனத்தைப் பெறலாமென்க. அது ஐந்து வகை ரூபங்களைத் தன்னுள் அடக்கி வைத்துள்ளது. அந்த பஞ்ச ரூபமே சிவரூபமாயிற்று

35 பண்ணப்பா பூசைவிதி தன்னைக் காணார்
பார்மகனே அமைந்த விதி சித்தமாச்சு
நண்ணப்பா சித்தமுள்ள மதிதான் மைந்தா
நடுவான பீடமடா அண்டத் துச்சி
கண்ணப்பா தானிறைந்த உச்சி மீதில்
கமலமென்ற ஆயிரத்தெட்டு இதழினுள்ளே
உண்ணப்பா அமுர்தமது கண்விட்டோடும்
மூர்க்கமுடன் நீ வாம பூசை பண்ணே.

பொருள்: அண்டத்தினுடைய உச்சியில் தாமரையென்ற ஆயிரத்தெட்டிதழினுள்ளே அமிர்தம் பாய்ந்து ஓடும். அந்த அமிர்த மிருக்குமிடத்தை நோக்கி நீ வாமபூசை செய்.

36 பண்ணடா சிவபூசை சத்தி பூசை
பத்தியுள்ள சித்தமதாய் வாம பூசை
நண்ணடா பூரணமாம் பூசையோடு
நாமறிந்த சோதியடா யோக பூசை

கண்ணடா தவறாமல் பூசை செய்ய
கருமானம் சொல்லுகிறேன் கருவாய்க் கேளு
விண்ணடா நிறைந்த மலர் கண்ணே ரூபம்
வேதாந்த சூக்ஷவதை விரும்பிக் கேளே.

பொருள்: சிவபூசையென்பது அமுரிதாரணை. இப்பாடலில் வாம பூசையென்பதைப் பற்றி விளக்குகிறார். வாமபூசை சிவ பூசையென்பது அமுரிதாரணையென்பதைத் தவிர வேறொன்றுமல்லவென்பதாம். பிறவியை அகற்றும் சிறந்த நிலையை அடையக்கூடிய தென்னவெனில், அது அகாரயாகும். அது ஆதி வந்தாகிய சுத்தகெங்கையென்றும், அமுரியாகுமென்றும், இப்பாடலிலும் 37ஆம் பாடலிலும் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

37. விரும்பி மனங்கொண்டு சிவபூசை கேளு
வேதாந்த சின்மயத்தை மெய்யிற் கொண்டால்
வரும் பிறவிதனை யகற்றும் சிவமே தென்றால்
வகையுடன் சொல்லுகிறேன் அகாரமாச்சு
அருந்தவமாய் நின்றதொரு அகாரபீடம்
ஆரறியப் போரார்கள் ஆதி வந்து
இருந்தியதோர் விந்து என்றால் கெங்கை கெங்கை
திருவான கெங்கையடா அமுரிதானே.

பொருள்: அமுரி தாரணையால் தேகசித்தி உண்டாம். மறுபிறவியை யகற்றும். அதாவது மரணத்தைத் தடுக்கும்.

38. தானான அமுரியடா அகாரமாச்சு
சங்கையுடன் அகாரமதை தானே தானும்
வாரான கேசரியை தியானம் பண்ணி
வரிசையுடன் இராப்பகலும் தானே மாற
ஊனான தேகமதில் நின்ற பீடை
உத்தமனே அப்போதே விலகிப் போச்சு
வீணான பீடையது விலகிப் போனால்
வேதாந்த தேகமது சித்தியாச்சே.

பொருள்: இந்த அகாரமென்ற அமுரியை நம்முடலில் சேர்த்தால், தேகத்தில் உள்ள எல்லா நோய்களும் தவிடு பொடியாகி தேக சுத்தியாகுமென்க. ஆகவே பூஜையென்பது அமுரியை நம் உடலில் சேர்ப்பதென்பதை அறியவும்.

39. ஆச்சப்பா தேகமது சித்தியானால்
ஆதி சதா சிவசோதி அங்கே காணும்
மூச்சப்பா தன்னிலே விட்டசை யாதையா
முத்தியுள்ள சித்தியது கெட்டியாச்சு

பேச்சப்பா தானடங்கும் மவுன மாச்சு
பேரண்டம் சுத்தி வர கவுனமாச்சு
நீச்சப்பா தானறிந்து கௌவுத்தேகி
நிஜமான அகாரமதை பூசை பண்ணே.

பொருள் : தேகம் சித்தியானால் வாசியென்னும் மூச்சு தன்னை விட்டசையாது. ஒர நிலையில் அடங்கும். அப்பொழுது மரணம் கிடையாதென்பதாம். பேரண்டத்தை சுற்றும் கெவுனம் அதுவே யாம்.

40. பண்ணப்பா சிவமான அகார தீக்ஷை
பக்தி கொண்டு பூரணமாய் செய்த பின்பு
நண்ணப்பா உகாரமென்ற சத்தி தீக்ஷை
நலமையுடன் சொல்லுகிறேன் உண்மை கேளு
வண்ணப்பா கண்ணுனே மூலந் தியல்
வளங்கி நின்ற உகார மென்றும் சத்தியென்றும்
உண்ணப்பா நிறைந்த சிவசக்தியோடு
முற்றியுள்ள அகாரமென்ற விந்து சேரே.

பொருள் : சிவ பூசையென்பது அகார தீட்சை. அதை முடித்த பறகு உகாரமென்ற சக்தி தீட்சையைப் பற்றியும் சொல்லுகிறேன். அகாரமே விந்து; உகாரமே சத்தி; இவை களே உயரும் உடலும். இந்த இரண்டையும் குருமுகமாய் அறிந்து, சேர்த்து நீ உண்பா யாக.

41. சேரப்பா அகாரமுடன் உகாரங் கூட்டி
சாமமுடன் உருவேத்தி நின்றாயானால்
தேரப்பா நின்ற திரு வாசியாலே
நிலையான புருவமதில் உபங் காணும்
காரப்பா தீபமதை கமலக் கண்ணால்
கண்ணறிந்து வாசியால் உன்னப்பாரு
சாரப்பா வாசியால உன்னிப் பார்க்க
சதா போதமான சிவயோகி யாமே.

பொருள் : சிவயோகம் என்பதை இப்பாடல் விளக்கு கின்றது. சிவா என்னும் இரண்டெழுத்தும் திருப்பிச் சொன்னால் வாசி என்றாகும். இந்த வாசியை லயம் செயவதே வாசயோகம். இடகலை, பிங்கலையின் நடனத்தை உன்னிப் பார்ப்பதே சிவயோகம். இதைச் செய்பவனே சிவயோகி. தீப தரிசனத்தைப் பார்ப்பவன். "சரம்பார்ப்போன் பரம் பார்ப்பான்" என்னும் குறிப்பை ஊன்றி கவனிக்கவும். சரம்பார்க்கத் தெரியாதவன் பார்ப்பானல்ல, சூத்திரன். சரம் பார்க்குறவன் பார்ப்பான் என்றறிக. இதற்கு வல்லமை தருவது சிவ சக்தியின் கூட்டு என்பதாம்.

வாலை நுட்சம்

42. ஆமப்பா சிவயோகம் செய்வதற்கு
அப்பனே அகாரமுடன் உகாரஞ் சொன்னேன்
தாமப்பா மகார மென்ற வாலை தன்னை
தாரணியில் ஆரறிவார் சங்கை மார்க்கம்
காமப்பால் கொண்ட சிவகெங்கை யான
கன்னி மனோன் மணியின் நாதமென்றும்
நாமப்பா சொல்லுகிறோம் செந்தே னென்றும்
நாதாந்த நாதமென் றுய காரமாமே.

பொருள் : அமுரிதாரணைக்கு மகாரமென்ற வாலையை அறிய வேண்டும். அதன் நீர் வேணடும். அதுதான் சிவகங்கை சுத்த கெங்கை. இதற்கு நாதமென்றும், காரமென்றும் பெயராம். காமப்பால என்றும் சொலவா.

43. ஆமென்ற மகாரமுடன் மைந்தா கேளு
அருள் பெருக அகாரமுடன் உகாரங் கூட்டி
ஓமென்ற பிரணவத்தின் மகிமையாலே
உறுதியுடன் மூன்றெழுத்துஞ் செபித்தா யாகில்
தாமென்ற தன்னிலை பிரம்ம மாகி
தானாகி தானவனாய் தான் தானாவாய்
ஓமென்ற வேதாந்த முத்தியாலே
நடுவெழுத்தும் மூன்றெழுத்துஞ் சித்திதானே.

பொருள் : உகரமாகிய அந்தத்துடன் அகாரமாகிய சிவ நீரைக்கூட்டி உண்டால் மூன்றெழுத்தும் சித்தியாச்சு. மூன்றெழுத்தென்பது அகர, மகர, உகரமாம்.

சிகார மென்ற பிரணவ பூரணமறிய

44. காணவே மூன்றெழுத்தும் கருணையாக
கட்டாக செபித்த பலபு இன்னுங் கேளு
பேணவே சிகார மென்றுல ஆர் தான் காண்பார்
பேரண்ட பூரணமே ஆகும் ஆகும்
தோணவே பூரணத்தைக் கண்டு கொள்ளு
சுகமான சிவசத்தி வாலையோடே
பூணவேதான் நிறுத்தி ஜெபித்தால் மைந்தா
பூரணமாய் காயசித்தி புனிதமாமே.

பொருள் : மேற்சொன்ன அகரமென்ற சிகரத்தை யறிந்து ஜெபி. அதுவே பூரணம். காயசித்தி என்னும் அழிவற்ற நிலையைத் தரக்கூடியது.

45. புனிதமுடன் தானிருந்து பூசை பண்ணி
பொற்கமல வுச்சியின் மேல் மனதை வைத்து
இனிதமுடன் அகார மென்றால் வாசியாச்சு
யோக மென்ற வாசியிலே இன்பம் வைத்து
சுருளி கரணமான சிவசத்தி வாலை
கண்ணான பூரணமும் நாலுங் கூட்டி
சமனாகரணை மானதொரு ஐந்தும் மைந்தா
மகத்தான பஞ்சகணை திட்சையாச்சே.

பொருள் : மேற்சொன்ன அகர, உகர, மகர, சிகரங்களை முடித்தால் பஞ்ச திட்சை முடிந்துவிட்டதென்க. அகாரமே அமுரி. அதுவே வாசி. அகர உகரம் சேர்ந்ததே பஞ்ச பூதம். அவைத அடைய உச்சியைப் பார்.

46. ஆச்சப்பா பஞ்ச கணை திட்சை யாக
அப்பனே வகை விபரம் நன்றாய்க் கேளு
நீச்சப்பா சில திட்சை உதயமாகும்
நிஜமாக மாலையிலே சத்தி திட்சை
பேச்சப்பா பேசாத வாலை திட்சை
பேணி மனங் கண்டவுடன தெண்டம்பண்ணி
மூச்சப்பா நிறைந்த தொரு வாமரூபி
முறறுக்கொண்ட பஞ்ச கணம் தான் தானுமே.

பொருள் : இந்த பஞ்சகணை திட்சையை முடித்தால் சிவ திட்சை உதயமாகும். சத்தி திட்சையும் இதுவே யாம்.

47. தானான பஞ்சகணம் தானாய் நின்று
தன்மையுடன் நின்று விளையாடலாச்சு
ஊனாகி நின்று விளையாடுஞ் சித்தி
உலகமதில் அறியாமல் உருண்டு போனார்
வானான வடிவு பஞ்ச ரூபந்தன்னை
மார்க்கமுடன் கண்டு மன மகிழ்ச்சியானால்
கோனான குருபரம் வேறில்லை மைந்தா
குவலயத்தில் நீயுமொரு சித்தனாமே.

பொருள் : இவ்வித சாதனை, அதாவது பஞ்சகணை திட்சை முடித்தா யானால் நீ சித்தனாகி விட்டாய். அதாவது எல்லா சித்திகளும் அதில் அடக்கமாகும்.

48. சித்தர் மயமாவதற்கு மைந்தா கேளு
தீர்க்கமுடன் அகாரமதை ஆண்டு சேவி
முத்திபெற ஜெபித்த பின்பு உகாரந் தன்னை
மூர்க்க முடன் ஆண்டொன்று ஜெபித்துத் திரு

பத்தியுடன் ஜெபித்த பின்பு மகாரந் தன்னை
பாலகனே ஆண்டொன்று பதிவாய்ச் சேவி
புத்தியுடன் இது மூன்றும் செபித்துத் தீர்த்தால்
பூரணமும் காரணமும் பொருந்தும் பாரே.

பொருள் : அகாரமென்ற அமுரியை ஒரு வருடம் உண்ணவும். பிறகு உகாரமென்ற புளியை ஒரு வருடம் உண். அதன் பின் மகாரமென்ற கற்பத்தை ஒரு வருடம் கொள்ளு. சித்தர் மயமாவாரென்க. உயிரும் உடலும் ஒருங்கே இணையும்.

49. பாரப்பா பூரணமே அண்டமாச்சு
பதிவான காரணமே பிண்டமாச்சு
நேரப்பா அண்டமொடு பிண்டம் இரண்டும்
நேர் அறிந்து கொண்டவனே சித்தன் சித்தன்
சாரப்பா அந்தரங்க தீக்ஷை நூலை
தன்மையுடன் பூரணமாய் சார்ந்து கொண்டால்
மேரப்பா அண்டபிண்டம் தானாய் நின்று
மேதினியில் பூரணமாய் வாசியாமே.

பொருள் : பூரணமென்பது அண்டம். காரணம் பிண்டம். அண்டத்திலுள்ளது பிண்டம். அண்டபிண்டத்தின் சேர்க்கையை அறிந்தவனே சித்தன். அவை இரண்டும் சேர்ந்து பூரணமாகிவிட்ட தென்பதாம்.

50. ஆமப்பா முன் சொன்ன பஞ்சகணை தீக்ஷை
அப்பனே பிரித்து நன்றாய் சொல்லாத தாலே
நாமப்பா இனுக்கினுக்காய் பிரித்துச் சொல்வேன்
காப்புமுதல் கடை வரைக்கும் இந்நூல் பாரு
தாமப்பா ஒவ்வொரு இடத்தில் தானும்
தனைப்பாரும் ரகசியங்கள் சொல்லி வைத்தேன்.
நாமப்பா சொன்னதென்ன வென்று கேட்டால்
நாட்டி லுள்ளோர் மாண்டல்லோ நரகஞ் சேர்ந்தார்.

பொருள் : இந்நூலில் பஞ்சகணை திட்சையின் ரகசியத்தை அணு அணுவாய் பிரித்துச் சொல்லி யுள்ளேன். காப்பு முதல் கடைப்பாடல் முடிய கருத்தை ஊன்றிப்பார். ஆங்காங்கு ரகசியங்களை வெளிப்படுத்தி யுள்ளேன். எந்த பாடலையும் விலக்காதே.

51. சேர்ந்ததால் பாவமென்று எண்ணி யானும்
ஜெகத்தோர்க்காய் மன இறங்கி நாத வாழ்வை
கூறினே இல் அந்தரங்க தீக்ஷைக் குள்ளே
கூறிவைத்தேன் சகல நூல் சேதியெல்லாம்

பார்ப்பவர்க்கு வெகு தெளிவாய் தீக்ஷை மார்க்கம்
பக்தியுடன் பார்ப்பவரே சித்தனுவார்
சீரினிமேல் கற்ப சாதனையின் போக்கை
சிறப்புடனே சொல்லுகிறேன் புலத்தியா கேள்.

பொருள் : அறியாமையினுல் மக்கள் மாண்டு போகின்றனர். அந்தப் பாவத்தை விலக்க மனமிரங்கி, இந்நாலில் நாத தீக்ஷையைப் பற்றி சொல்லுகிறேன்.

52. புலத்தியனே கேட்பாய் நீ கற்பப் போக்கை
பேர்பிரித்து நாதவாமுரைப்பேன்கேளு
சலமதியும் பேரின்பத் தேன் என்றும்
சாற்றினுர் மதுர வஸ்து பான மென்றும்
உலகமதில் அம்பிகையின் அமுர்த மென்றும்
உத்தமனே வாருதியாம் இன்ப மென்றும்
கால் மூலக்கரு வென்றும் நாதமென்றும்
காட்டினுர் சுக்கிலமாம் என்றுந் தானே.

பொருள் : நாதம் என்னும் பானம் பல பெயர்களால் அழைக்கப்படுகிறது. தேனென்றும் அமிர்தமென்றும், வாருதி யென்றும், சுக்கிலமென்றும் பல பெயர்கள் வைத்துள்ளார்கள்

53. என்னென்றும் விந்து சுரோணிதந்தா னென்றும்
இன்பம் வளர் கோளு பீளு வென்றும்
முன்னமே ருதமென்றும் கெந்தி யென்றும்
முறை முறையாய் வெகு பேர்கள் மொழிந்திட்டார்கள்
வின்னங்கள் இல்லை முன்னே சொன்ன கெங்கை
விதத்தாலே ரச வாதம் வருகும் பாரு
சொன்ன மொழி என்னளவுந் தப்போ இல்லை
ருக்ஷ மடா சரக்கெல்லாம் கட்டும் தானே.

பொருள் : மேல் இரண்டு பாடல்களிலும் கற்பத்துக்கு பல பெயர்களுண்டென்பதை விளக்குகிறுர். முன் சொன்ன சுத்த கெங்கையினுல் ரசவாதம் சித்திக்கும். எல்லா சரக்குகளும் கட்டுமென்க.

54. கட்டுகின்ற சேதி யின்னுள் சொல்லி வைப்பேன்
கற்பமது நாற்பதுக்குள் உண்டால் நன்று
நட்பதனுல் நரைத்து வெகு நாட்கள் சென்றுல்
நான் செல்லும் அதினுலே ஒன்றுமில்லை.
கொட்டமுடன் அமுரி கற்பம் சொற்ப மென்றும்
கொண்டழிந்தோர் கோடான கோடி பேர்கள்
விட்ட குறை வந்தாலும் ஊத்தை யோனியில்
விசேஷமாய் அடிபட்டோர்க் கென்ன வாய்க்கும்.

பொருள் : கற்பம் நாற்பது வயதுக்குள் முடிந்தால் நன்று. பல நாட்கள் யோனி வாய்ப்பட்டவர்க்கு கறபம் என்ன பயனைத் தரும். நரை திரை அதிகம் உண்டாகி விட்டவர்கள் கற்பத்தை வெகு நாட்கள் சாதிக்க வேண்டும்.

55. என்னமாய் வாய்க்கு மப்பா சொருப சுத்தி
எக்காலம் மாதர்மையல் கொண்டு வந்தால்
நன்னவே குருவினுட உபதேசம் பெற்று
நடுவான யேகாக்ஷரத்தை நயந்து போற்றி
தன்னுக்குள் விந்து நிலை தன்னிலேதான்
சார்ந்து மனதொன்றுகி தனதாய் மைந்தா
முன்னிலையைத் தான் பிடித்து நடுவணையில் நின்று
முற்றியுள்ள அகாரமதை தினமும் போற்றே.

பொருள் : மாதர் மையலில் உழன்று கொண்டிருப்பவன் சொருப சித்தியடைய முடியாததாம். அதற்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்து ஏகாட்சரத்தின் நிலையை குருவின் மூலமாக உபதேசம் பெற்று அகரத்தைப் போற்று.

56. போற்ற வென்றுல் அகாரமது என்ன சொல்வேன்
புறமாங் கண்மணியே புகலக் கேளு
பார்த்திபனே அகாரமடா விந்து விந்து
பதிவான விந்து வடா சார மாகும்
சாற்றியதோர் சாரமது அப்பு அப்பு
சங்கையில்லை அப்பதுவுந் தண்ணீர் தண்ணீர்
போற்றியே தேகந் தண்ணீர் வெண் சாரையாகும்
தெவிட்டாத சாரையடா அமுரிதானே.

பொருள் : அகாரமென்பது தண்ணீராகும். அதுவே அமுரி. அதுவே விந்து, சாரம். அதுவே வெண்சாரை.

57. அமுரிக்கு பேர் மாத்திரம் சொல்லக் கேளு
அப்பனே சந்திர புஷ்கரணி என்றும்
ஈரகமதில் ஊசிநீர் ரோம நீரென்றும்
கண்மணியே சொல்வார்கள் அநந்த நாமம்
சமுதாவில் முன்னமே சொல்லி வைத்தேன்
சாற்றுகிறேன் அமுரி யேகாக்ஷரத்தை
அமுர்தமாம் ஓராண்டு சரன்தான் காண
அப்பனே வைராக்கிய மார்க்கந் தேறே.

பொருள் : அமுரிக்கு சந்திரபுஷ்கரணி, ஊசிநீர், ரோமநீர் என அநந்த நாமங்கள் உண்டு. நீ அவைகளைப் பார்த்து மலைத்து விடாதே. அதை ஒரு வருடம் சேவி. சரத்தைப் பார்த்து வைராக்கியமாய் இரு.

58. தேறவே மாறிமாறி அமுரி கொள்ளு
தினந்தோறும் அந்தி சந்தி விடாமற்றுனும்
மாறிஞல் மிதத்தோடும் சாரை தன்னை
மாறப்பா அடிக்கடிக்கு மாறு மாறு
மீறவே பசி வந்தால் ஒரு போதன்னம்
உட்கொள்ளு சுகம்லா வண்ணமாக
மாறுவது அமுரி சுத்த ஜலமா மப்பா
பார் புகழ அமுர்த மென்ற பெருமாச்சே.

பொருள் : அமுர்தமென்பது சுத்த ஜலம். இதை மாறிமாறி காலை மாலை உண்ணவும். பசி அதிகமாஞல் ஒருபோது அன்னம் உட்கொள்ளு. அதுதான் அமிர்தம்.

59. ஆச்சப்பா காய கற்பம் உபவாசந்தான்
அப்பனே தேக காந்தி பிரகாசிக்க
நீச்சப்பா தினந்தோறும் மறவாமற்முன்
நினைவாக சரமாறி யுண்டாலப்பா
பேச்சப்பா அடங்கி தேகம் சிவந்து காணும்
பேய் மனமாய் புத்தி சித்தி மாண்மை யெல்லாம்
மூச்சுப்போல் அடங்கி வெந்து நீராய்ப் போகும்
உடன் விந்தும் பாழாகும் மாய்கை போகும்.

பொர்குள் : காயகற்பம் உடலில் வாசம் செய்யச் செய்ய உடல் பிரகாசமடையும். தினந்தோறும் மறவாமல் உண்ணு. மனம் புத்தி முதலியனவும் வெந்து அடங்கிப்போகும். மாயை வலகும். வநது கெடும். தலைக்கேறும். ரத்தமெல்லாம் விந்தாக மாறிவிடும்.

60. போகுமே வாலை ரசம் உண்டால் தானே
பூலோக மெல்லாந்தான் சோதித்தாலும்
போகத்தோர் கிடைப்ப தல்லால் பொருள் அறிந்தோர்
புலத்தியனே கோடிக்கு ஒன்ருய்த் தானும்
ஆகமுடன் கிடைப்பா ரப்பா அதுவும் கஷ்டம்
அப்பனே யோராண்டு வரைக்கும் தானும்
பாகமுடன் இப்பொருளை பத்திரமாக
பார்த்துமே யுட்கொள்ள வேண்டு மப்பா.

பொருள் : வாலைரசம் என்பது அமுரி. இதை ஒரு வருடம் உட்கொள்ள வேண்டும். பூலோக மெல்லாம் சுற்றிப் பார்த்தாலும் பொருள் தெரிந்தவர் கோடிக்கு ஒருவனும். (அதுவும் கடினமென்கிறார் அகத்தியர்.)

61. அப்பாகேள் இந்த கற்பம் அற்பமல்ல
ஆறிரவார் அவனிதனில் ஆருங் காணுர்
ஒப்பாக வானமுதம் முப்பதுக்குள்
உட்கொள்ள வேண்டு மப்பா நாற்பதின்மேல்
தப்பிதங்கள் வாராமல் கன லேருமல்!
தானருந்த வேண்டு மப்பா ஐம்பதுக்குள்
கொப்பெனவே கொண்டாக் கால் போஜனமே
கொண்டிடுவாய் உச்சி யொரு வேளை தானே.

பொருள் : இந்த கற்பம் அற்பமானதல்ல. கற்பம் முப்பது வயதுக்குள் முடிக்கவேண்டும். நாற்பதின்மேல் சாப்பிடுவதானால் வெகு ஜாக்கிரதையாய்ச் சாப்பிடவேண்டும். ஐம்பதுக்குள் வெப்பம் மீராமல் பார்த்துக்கொள்ளவும். ஒருவேளை உணவே சாப்பிடுதல் வேண்டும்.

62. ஓராண்டு அமுரி யுண்ண இடை விடாமல்
உத்தமனே கனல் வேகம் அதிகமாகும்
மீராத வன்னியினால் நெருப் புண்டாகும்
மைந்தனே தேகமது வெந்து போகும்
வீரியே உடலெல்லாம் வெடித்துப் போகும்
வேகமது கனல் வேகம் மிகவே காணும்
மீறாது மனம் விம்மி யதிகமாகும்
வேதனைகள் நிரம்ப நிரம்ப வருகுந் தானே.

பொருள் : கற்பமென்ற அமுரியை ஒரு வருடங் கொண்டால் உடலில் கனல் வேகம் அதிகமாகும். தேகம் வெந்துபோகும். உடலெல்லாம் வெடித்துப் போகும். பல வேதனைகள் உண்டாகும்.

கற்பம் உண்ணும்போது பத்தியம்

63. வந்தாலும் எந்தெந்த வினைக ளெல்லாம்
வருகு மப்பா ஓராண்டுக் குள்ளே தானே
நொந்தாலும் பராபரத்தை நொந்து கொள்ளு
நொடிக்குள்ளே ஆண்டதிலே வாந்தி யாகும்
மைந்தனே முதலாண்டில் பத்தியந்தான்
கேளப்பா பச்சரிசி பசும் பயறு மாவில்
சிந்தையுடன் வெண் பசுவின் பாலும் விட்டு
சீராக சமைத்து அன்னம் ஒரு பொழுது தானே.

பொருள் : முதலாண்டில் பச்சரிசி, பாசிப்பருப்பு சேர்த்து பொங்கல் செய்து. வெள்ளைப் பசுவின்பால் சேர்த்து ஒருநாள் பொழுது சாப்பிடவும். வரும் வினைகள் அநேகம் முதலாண்டில் தான்.

64. ஒரு பொழுது அன்ன மது சமைத்துத் தானும்
உருதியுடன் பகல் தனிலே உச்சி வேளை
ஒருபொழுது சாப்பிடவே வேண்டு மப்பா
உத்தமனே அதுவும் அரை வயிறு சாதம்
ஒருபொழுது சாப்பிட்டு முதல் ஆண்டில் தான்
உபாயமதாய் தேறியே வருகும்போது
ஒருபொழுது ராத்திரியில் ஆவின் பால் கொள்
உக்கிரமதை தணிக்கு மப்பா இந்த வண்ணம்.

பொருள்: அதுவும் உச்சி நேரத்தில் ஒருபொழுது அரை வயிறு உண்ணு. உடல் உபாயமாய்த் தேறிவரும்போது இரவு பசுவின்பால் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

இரண்டாம் ஆண்டு அமுரி கற்பம்

65. இவ்வண்ணம் மறவாமல் ஓராண்டாகில்
இன்பமுடன் இரண்டாண்டில் சொல்லக் கேளு
அவ்விதமாய் அதிகாலை அமுரி யுண்டு
மாலைதனில் சொல்லுகிறேன் மகிழ்ந்து கேளு
அவ்விதமாய் ரவி இருபத்தி ஐந்து நாழி
ஆனபின்பு சொல்லுகிறேன் அன்பாய்க் கேளு
இவ்விதமாய் காலைதனில் வந்த உகாரம்
எடுத்து பத்திரமாய் வைக்க வேண்டும்.

பொருள்: ஓராண்டுக்குப் பிறகும் அமுரி உண்ணவேண்டும், இரண்டாம் ஆண்டில் காலையில் உதித்த உகாரத்தை சாக்கிரதையாய் வைத்துக்கொள்.

உகார கற்பம் புளி

66. வைத்ததொரு உகாரத்தில் அமுரி விட்டு
வகையுடனே யுட்கொள்ள வேண்டு மப்பா
சித்தமது ஒருமித்து காரசாரம்
சிறப்புடனே யுண்டாலே திசை யென்றும்
பக்தியுடன் காரமதை யென்ன சொல்வேன்
பார் மகனே மருவினுட வாசம் வீசும்
சித்தியதாம் தேகமது அமுரி காரம்
சிவனுண்ட நஞ்சுக்கு மேலாம் என்னே.

பொருள்: பிறகு உகரம் என்ற புளியில் அமுரிவிட்டு கலக்கி மாலையில் உட்கொள்ளவும். அதுவே காரசாரம். தேகம் சித்தியாம். தேகத்தில் மருவு வாசனை வீசும்.

67. என்னை இனி யோக சாதனையைச் சொல்வேன்
என் மகனே புலத்தியனே கவனமாய்க் கேள்
சொன்னதொரு சடாதார பீடம்
அதில் நாத பிரகாசம் பிராணன் தோணும்
அன்னை தலம் கரு ஊராம் நாடு விட்டு
அம் மலையாம் வீட்டினிலே சோனை பாயும்
சின்னமணி சித்தர் கூட்டம் மூலம் மூலம்.
சிவ சிங்காதன மேரு சிவமும் சக்தி.

பொருள்: மேருமலையென்ற சிகரத்தில் நாதமுதித்து பிறகு சிவமும் சத்தியுமாய் விளங்குகிறது.

68. சிவம் சக்தி மேரு சிங்காதனத்தின் மேலே
சிறப்புடனே வீற்றிருந்த தன்னுக்குள்ளே
தவமதுவால் சாரமது சேர்ந்த தாலே
தாரணிகள் தான்புகழும் சாரத்தாலே
தவ வீடாய் வந்ததொரு காரத்தாலே
அளவில்லா சரக்கெல்லாம் நீறும் நீறும்
உபயோக உந்தியின் கீழ் கனிதானென்று
உப்பதுவாம் உவர்வதுவாம் புளியு மதுவே.

பொருள்: மேற் சொன்ன காரசாரத்தாலே எல்லா சரக்குகளும் நீறும். உந்திக் கமலத்தின் கீழுள்ள பழமே புளியாகும். இந்த புளியும் அகரமென்ற அமுரியும் சேர்ந்தபோது சரக்குகள் அத்தனையும் கட்டிப்போகும். அந்தப் புளியென்பது உவர் என்னும் உப்பு.

கோரக்கர் மூலி கெஞ்சா அல்ல என்பதற்கு சாக்ஷி

69. புளியுமது நவ நீத மிதுதான் கேளு
புகழான கற்பம் உண்டோர்க் கெய்தும் வாதம்.
அறியாது கோரக்கர் மூலிதானும்
அப்பனே கெஞ்சா வென்று உண்டு செத்தார்
புளியதுவோ கோரக்கர் மூலியாகும்
புகழாக உண்டோர்கள் சித்தரானார்
வெளியாக லிங்கத்திற் கீழே தானும்
எப்பொழுதும் சவுக்காரம் பொங்கும் பாரே.

பொருள்: கோரக்கர் மூலியென்பது கெஞ்சா அல்ல, அது புளியென்னும் விந்து. அந்த லிங்கத்தின் கீழே சவுக்காரம் பொங்கி எழும்.

70. பொங்கு மந்த மூலிக்கு பாறை யென்றும்
புலத்தியனே பேரல்லால் வேறொன் றுண்டோ
அங்க மது என் சாணின் மலத்தின் கூடு
அகாரமது தீக்ஷையினால் சாக்ஷி விடாம்
தங்கமது மாது பெண்ணுள் காரத்தாலே
தங்கமது உடலெல்லாம் ஆகுமப்பா
அங்க தங்க மாதினுட காரத்தாட்டு
அப்பனே சொல்லுதற்கு என் நாவில்லை.

பொருள்: அம்மூலிக்கு பாறையென்ற பெயருண்டு. அம்மூலி அமுரி திட்சையினால் மலக்கூடான என்சாண் உடலெல்லாம் தங்கமாகும். அதனுடைய மகிமையைச் சொல்ல நாவில்லை.

இரண்டாண்டு கற்பம் சேவிக்க

71. இல்லையப்பா சொல்லுதற்கு வாய்தா னேது
ஈஸ்வரியின் பாதமே கெதியாய் நம்பி
தொல்லை இந்தபடி ஞானயோகந்தன்னில்
கும்பித்தால் சாரமது ஓர் ஆண்டு உண்டு
அல்லப்பா தேகத்தின் கசடு தானும்
அப்பனே ஈராண்டில் போகுஞ் சொன்னேன்
கல்லுடம்பாம் உறக்க மற்று சிவ யோகத்தால்
கனவாச மூலத்தில் கருதி நிற்கும்.

பொருள்: இரண்டு ஆண்டுகள் மேற்படி சாரத்தை உண்ண தேகத்தில் உள்ள கசடுகள் நீங்கும்; சடம் கல்லாகும். தூக்க மகனும்.

72. நிற்குமந்த காலத்தில் இவன் பேர் சேனு
நிரந்தரம் சிவராஜ யோக வானும்
நாற்புறமாய் காயத்தின் கசடாம் நீர்கள்
எல்லாந்தான் ஒழிந்து போம் கற்பப் போக்கால்
இக்கருவால் நமன் ஒழிவான் வாசியாலே
வெகுகாலம் யோகமது செய்து தானும்
நிர்க்குணத்தில் தானேறி பெறவே முத்தி
நீயறிவாய் சத்தி பொக்கிஷத்தை தானும்.

பொருள்: எமன் ஒழிந்து போவான். காயத்தில் உள்ள கசடுகள் எல்லாம் ஒழிந்துபோகும். சிவயோகியாவான். வாசியாலே வெகுகாலம் யோகத்திலிருக்கலாம். இக் கற்பத்தினால் வாசி லயமாகும். அப்படிப்பட்டவனே சிவராஜ யோகியாவான்.

73. பொக்கிஷத்தை திறந்து புதைப் பொருளைத் தானும்
பிரபலமாய் வெளியிட்டேன் அது தான் மைந்தா
பொக்கிஷத்தில் காதற்ற ஊசி தன்னை
பிரியமாய் அறிகின்ற மகான்கள் வேணும்
பொக்கிஷத்தில் கை காட்டு குறி போல்தானும்
பொன் கண்ட புரிநாத செயலைச் சொன்னேன்
சக்தி நாத சித்த கற்ப மூலம்
கக்கினதால் நாயினுங் கடையான் பாரே.

பொருள்: இந்த அமுரியென்ற காதற்ற ஊசி கடை வழிக்கு வாராது இந்த சக்தியென்ற பொக்கிஷத்தை அளிக்கக்கூடிய மகான்கள் கிடைக்கவேண்டும். இக்கற்ப மார்க்கத்தைத் தகுதியில்லார்க்குக் காட்டினால் அவன் நாயினும் கடையனாவான்.

74 பாரப்பா சாரமென்ற அமுர்தந் தன்னில்
பக்குவமாய் காரமது அதினாலே பூட்டி
நேரப்பா இரண்டாண்டில் கொள்ளச் சொன்னேன்
நேர்மையாய் கொண்டாலோ உவராங் காரம்
காரப்பா இருபத்தைந்து கடிகை மேலே
கராமதை கொள்ளப்பா அந்த வேளை
சாரப்பா சாரமதை கொள்வாய் நீயும்
சார்புடனே இவ்வண்ணம் கொள்ளும் போது.

பொருள்: அமுர்தத்தில் காரத்தை சேர்த்து மேற்சொன்ன படி இரண்டாண்டு கொள்ளு. இருபத்தைந்து கடிகைக்கு ஒரு முறை உண்ணு.

75. கொண்டு வரும்போதி லப்பா தேகந்தானும்
கூறுகிறேன் பானுபோல் ஒளியே வீசும்
அண்டருட தயவிலேதான் இரண்டாண்டில் தான்
அப்பனே முதற் பிறையான் காந்தன் தானும்
நன்றாக பசுமைபோல் வருகு மப்பா
நான் சொன்னேன் இரண்டாண்டில் மஞ்சள்
நிறமாகும் பாரே
விண்டாலோ மூன்றில் பொன் வண்டு ரூபம்
விளம்புகிறேன் தங்க நிறம் நாலிலாமே.

பொருள்: இக்கற்பத்தின் மகிமையால் இரண்டாண்டில் உடல் மஞ்சள் நிறமாகும்; மூன்றாண்டு சாப்பிடின் பொன் வண்டு போல் ரூபம் மாறும்; நாலாண்டில் தங்கம் போன்ற நிறமாகும்.

முப்பூ செய்முறை

76. நிறஞ் சொன்னேன் திங்கள் ஐந்தில் காரம் வாங்கி
நின் அமுர்தம் விட்டதிலே பிசைந்து நன்றாய்
திரமுடனே கொடு ரவியில் இரு சாமந்தான்
தீர்க்கமுடன் ரவிபட வைத்தா யானால்
வளமுடனே உவர் படிந்த பிசைந்த மண்ணை
அப்பனே உண்டு வா திங்கள் ஐந்தில்
சிரமமது இல்லையப்பா ஆறும் திங்கள்
சிறப்புடனே ஒழெட்டும் பத்து மட்டும்.

பொருள் : ஐந்தாம் திங்களில் காரத்தை வாங்கி அமுர்தத்தை அதில் விட்டுப் பிசைந்து கடும் வெய்யிலில் காயவைத்து இரண்டு சாமம் சென்ற பிறகு மறுமுறையும் அமுர்தம் விட்டுப் பிசைந்து ரவியில் போடு. இப்படி 10 திங்கள் வரை செய்தால் அதில் முப்பூ பூர்க்கும்.

77. பத்து திங்கள் மட்டும் இந்தபடியே செய்தால்
பாலகனே பூர்க்கு மப்பா இதுதான் முப்பூ
புத்தியில்லா பாவிகள்தான் பூ நீர் வாங்கி
பூமி தண்ணீரால் கலக்கி வெளியில் வைத்து
சித்தமதுதான் கலங்கி முப்பூ வென்றும்
சிறந்த சரக்கத்தனையும் சுட்டுப்பார்த்து
பித்தமது தான் பிடித்து நோயால் மாய்ந்து
பிணமாகிச் சுடுகாடு போனார் தானே.

பொருள் : இவ்விதமாய் செய்வதைவிட்டு புத்தியில்லாப் பாவிகள் பூநீர் வாரி பூமியில் கிடைக்கும் தண்ணீர் விட்டு ரவியில் காய வைத்து சரக்குகளில் போட்டு சுட்டு நோயால் பிணமாகிச் சுடுகாடு போவார்கள்.

78. தானென்ற இரண்டாண்டில் நோய்கள் கொஞ்சம்
தான் வருகும் பெரிதல்ல வந்தால் கேளு
தானென்ற காரத்தை யூட்ட ஊட்ட
தான் தணிந்து போகுமடா இதற்கு வேறே
கோனென்ற ஜெகத்திலே மருந்து மில்லை
கூறினேன் இரண்டாண்டில் பூரணமே யானால்
வானென்ற ஐங்கோல மாச்சுதப்பா
வரைகிறேன் கெற்பம் போல் கற்ப மாச்சே.

பொருள் : இரண்டாமாண்டில் உண்ணும் கற்பத்தினால் சில நோய்கள்தான் காணும். ஆனால் அவைகள் பெரிதல்ல. காரம் உடலில் ஏற ஏறத் தணிந்துபோகும். இக் கற்பத்தால் வரும் நோய்களுக்கு உலகத்தில் எவ்விதமான மருந்தும் கிடையாது.

கற்ப சாதனை இரண்டாண்டு முடிந்தபின் நிலை

79. கற்பமினி வாசி தாரணையைச் சொல்வேன்
காலமடா இரண்டாண்டில் போனால் கேளு
உற்பனமாய் காலனில்லை மாண்டானப்பா
உகாந்த வரை பூமியிலே யிருக்கலாகும்
அற்புதமாய் சொல்லுகிறேன் உலகேரேழும்
அஷ்டதிவு தீவாந்திர தேவரெல்லாம்
அற்புதமாய் தான் மகிழ ஏகாந்தத்தில்
சுகமுடனே பரம் நாடி யிருக்கலாமே.

80. இருக்கலாம் யாவர்களும் ஏவல் செய்ய
இவ்வுலகும் எவ்வுலகும் என்றும் போற்ற
இருக்கலாம் கயிலை வாழ் ஈசன் பாதம்
பெற்றிடலாம் ஈசருடன் பேசலாகும்.
நெருக்கமுடன் ஆயிரத்தெட்டு அண்டம் தன்னை
நிமிஷத்தில் சுற்றி வந்து நிலைக்க லாகும்
முணுக்கலாம் இவ்விரண்டே தீக்ஷைபோதும்
மூன்றுமே முடித்தாலே யீசனுப்பாம்.

பொருள் : (79-80) இரண்டாண்டு கற்பம் சேவித்தபின் எமன் இறந்தான். உகாந்தவரை பூமியில் இருக்கலாம். ஈரேழு லோகங்களிலுள்ள தேவர்களெல்லாம் போற்றக் கூடிய அளவில் பரம் நாடி யேகாந்தமாய் இருக்கலாம். ஈசனிடம் பேசலாம் ஆயிரத்தெட்டண்டங்களையும் நிமிஷத்தில் சுற்றி வரலாம். மூன்று தீக்ஷைகள் முடித்தாலோ நீயே ஈசுவரனாகி விடலாம்.

அமுர்தம் உண்ணும்போது உணவு விதி

81. ஈசனிவன் பரனிவனே யுலகுக் கெல்லாம்
இவ்வண்ணம் மாலை புளி காலை யமுர்தம்
பாசமுடன் இரண்டாண்டில் கொள்ளும் போது
பாரப்பா ஒரு கால போஜனமே கொள்ளு
ஆசையுடனே மதியிலே ஆவின் பால் கொள்ளு
அப்பனே சத்தியுட தீக்ஷை யொன்றும்
பூசையென முடிந்தாலோ இவர்க்கு வந்த
புகழுரைப்பேன் புலத்தியனே நன்றாய்க் கேளே.

பொருள் : இரண்டாம் ஆண்டு காலையில் அமிர்தம், மாலையில் புளி உண்ணு. ஒரு பொழுது உணவுகொள். மதியில் பசுவின் பால் சாப்பிடு. பின் நீயே ஈசன்.

கற்பம் சித்தியானதற்குக் குறி

82. நன்றாய்க்கேள் முக்காலத் தியானம் உண்டாம்
நால்வேத சாஸ்திரத்தின் கருத்துந் தோணும்
என்றுனும் பன்னிரெண்டு ஸ்தலமும் காணும்
ஈசனுட சித்தி பெற்று எனைப் போல் வாழ்வான்
அன்றல்லோ ஐங்கோலம் உலகி லெய்தும்
அப்பவல்லோ சிவன் ரூபம் இவன் தானாகும்
இவ்விதமாய் சத்தியொடு தீக்ஷையென்றால்
இவன் கைப்பு முறிந்து தங்க மாகுந்தானே.

பொருள் : கற்பசித்தியுண்டானால் முக்காலமும் அறியக் கூடிய வல்லமை யுண்டாகும். வேதங்களிலும் சாஸ்திரங்களிலும் உள்ள உண்மைப் பொருள் விளங்கும். சிவரூபமாகக் காட்சி யளிப்பான். உடலில் கைப்பு முறிந்து தங்கமாகும்.

83. ஆகுமப்பா ஆயினுட மார்க்கத்தாலே
அப்பனே மதி அமுர்தம் கொண்டதாலே
சாகுதலும் போச்சப்பா உடல் வேருச்சு
சாற்றுகிறேன் வேடுவன் அம்பு தொடுத்து
ஈடு பேறதனைப் போலே தீக்ஷை
ஏகாந்த மாயப்பா இருந்த வண்ணம்
பாடுபெற ஆச்சுதப்பா பாரு பாரு
பகருவேன் இனி வேதை மூன்றா மாண்டில்.

பொருள் : மதியமுர்தம் கொண்டதால் மரணம் போச்சு. சிவனைப்போல் நீயுமாவாய்.

கற்பத்தால் வினைகள் அறும்

84. மூன்றான ஆண்டினிலே பின்னால் சொல்வேன்
முக்கிய மிந்த கற்ப மென்றால் அற்பமல்ல
உன் தேகம் சித்தியாய் ஆவதற்கு
உத்தமனே நீ யறிந்து அமுர்தந் தானும்
கன்னமென்று உண்டேன் காண் சரீரம் தன்னை
சுத்தி செய்து இரண்டு சென்று முதலோர் தீக்ஷை
காண நன்றாய் பெற்றாலோ அனேக வினைகள்
கனலிலே வெந்து மிக நீராய் போகும்.

85. போகும் நல்வினை தீ வினை யிரண்டும்
போக்கோடே காயசித்தி யாலே தானும்
போகுமே பறந்தப்பா கோடி கர்மம்
பொல்லாத பாழ்வினைகள் பொடியாய்ப் போகும்

ஆகுமே மூலசத்தி வாய்க்கு மப்பா
அப்பனே முதல் தீக்ஷை புளியு மாலை யாச்சு
யோகமது தான் சொல்வேன் இரண்டா மாண்டில்
உற்பனமாய் அபானத்தில் மூலமூட்டே.

பொருள் : (84-85) இந்த கற்பத்தினால் அநேக வினைகள் உடலின் கனலிலே வெந்து நீராகிவிடும். நல்வினை தீவினைகள் கோடியாயினும் காயசித்தியாலே பொசுங்கிப் போகும்.

வாசி யோகம்

86. மூட்டியே முறையாகச் செய்து பதமாய்
உட்கொண்டு காலைதனில் சொல்லக் கேளு
மாட்டிடாய் வாசியினால் சுழியிலேறி
பாரப்பா ஜாமமதுவும் நாலு ஜாமம்
கோடியிலே யிருக்கு மப்போ வழியினத்தை
கண்டு கொண்டு திரிகாலம் வாசிகொண்டு
நாட்டமுடன் ஊதி யருள் பெருவாயப்பா
நான் சொன்னேன் புலத்தியனே உனக்காய்த் தானே.

பொருள் : இப்படி கற்பம் சாப்பிட்டுக் கொண்டு வாசிப் பயிற்சி செய்குவாயென்று புலத்தியருக்கு அகத்தியர் சொல்லுகிறார்.

தீட்சை விளக்கம்

87. தானே தான் இனமொருக்கால் காலைதன்னில்
தாரகத்தில் மனம் நாட்டி புளியைத் தெளிவாய்
மாறு கேள் உண்டுவா ஆண்டு மட்டும்
மகிமை யிந்தப்படி நீயும் காலை யுண்டு
தேனெனவே மாலை விட்டு இந்த விதமாய்
திங்கள் பத்தும் கடந்தாலோ ஆண்டு மூன்று
சோலையது பாயு மப்போ தீக்ஷை வேண்டாம்
சொல்லுகிறேன் முதல் தீக்ஷை சிவமாம் தீக்ஷை.

பொருள் : காலைதனில் புளியை மாத்திரம் பத்துத் திங்கள் உண்பாய். முதல் தீக்ஷையில் எப்போதும்போல் அமுரிதான். (இந்தப் பாடல் முன் பின்னுயுள்ளது.)

88. சிவத்தினுடதீக்ஷை யொன்று சத்தி தீக்ஷை
சொல்லுகிறேன் இரண்டப்பா ஆக மூன்றும்
தவமார் சத்தியிவள் கண்ணில் காண்பாள்
தாரணியில் புழுவுந் தூண்டில் தன்னில்

பருவமுடன் தான் கோர்த்து சலத்தில் போட்டு
கெண்டதனை யிழுப்பது போல் மைந்தா இரு
தலமுடனே வாசியினால் சுழுனை மேவி
தன்மையுடன் யோகத்தில் இருப்பாய் நீயே.

பொருள் : சக்தி தீட்சை ஒன்று. சிவ தீட்சை இரண்டு. இவைகளை முடித்துக்கொண்டு புழுவைப் போட்டு கெண்டையை இழுப்பவன் எப்படி தக்கையையே பார்த்துக் கொண்டிருப்பானோ அப்படி நீ வாசியை நோக்கிக் கொண்டிரு.

89. யோக மப்பா அகாரமென்ற தீக்ஷை முதற் கொண்டு
ஐயிரண்டு திங்கள் வரை அமுரி யுண்டால்
மோகமது தான் ஒழிந்து மாய்கை விட்டு
முன்னிருந்த வினை யொழிந்து தேகந்தானும்
பாகமுடன் சுத்தியதாம் அக்காலத்தில்
பாரப்பா இரு வினையாம் கர்ம பாவம்
ஏகமாய் வந்தாலோ சொல்லக் கேளு
என்னாளும் விடாமலே அமுரி கனையை

90. கனை தொடுத்துச் சுடச்சுடவே வினைகளெல்லாம்
கண்காணா தோடு மடா கற்பத்தாலே
வினையில்லை அமுரியுட கற்பத்தாலும்
விளம்புகிறேன் பிரமாதி கற்பமாகும்
முனையான சிவதீக்ஷை பதினொன்றுந் தான்
முடித்தாலோ காயசித்தி யோகசித்தி
கனிந்து பார் வாதமது சித்தியாகும்
காணப்பா சித்தியது செய்கும் போது.

பொருள் : பத்து மாதம் அமுரியுண்டதுமே மோக மென்னும் மாய்கை அகலும். தேகம் சுத்த தேகமாகிவிடும். அமுரி பிரம்மாதி கற்பமாகும். அதனால் சிவத்தைக் கொண்டு பதினொறு முறை தீட்சை முடித்தால் காயசித்தி, யோகசித்தி, வாத சித்தி முடிந்ததாம்.

கற்பம் உண்ணும்போது பத்தியமிருக்க

91. செய்துமே வருகின்ற போது தானும்
சிறப்புடனே பத்தியந்தான் சொல்லக் கேளு.
மெய்யான ஆவின் பாலன்னம் கொள்ள வேணும்
மேன்மையாய் கறிவகைகள் மூலஞ் சேர்ந்தால்
செய்கின்ற தீக்ஷைக்கு வேகமில்லை.
செங்கதிர் போல் தேகமாம் வெண்மை யில்லை
மெய்யாக புளிதனிலே பழுதுண்டாகி
மேன்மையாங் காரமெல்லாம் புழுக்கள் தானே.

பொருள் : ஆவின் பாலன்னம் தவிர வேறெதையும் சாப்பிடக்கூடாது. கறிவகைகள் சாப்பிடின் கற்பத்தில் புழுக்கள் உண்டாகி தீக்ஷை வேகமற்றுப்போகும்.

92. புழுக்களது ஜெனித்துமே புளியைக் கொல்லும்
புளிப்பாழு உவர்ப்பாழு துவர்ப்பும் பாழு
களிப்பாழு கருவி கற்பங் காயம் பாழு
காரமதும் சாரமதும் சகலம் பாழு
அழியாமல் எப்பொழுதும் சொல்லக் கேளு
ஆவின்பால் அன்னமது கொள்ளவேணும்
வெளிப் பாழாய்ப் போகாமல் அக்காலத்தில்
வேதாந்த புளி யுண்டால் உறுதியாச்சே.

பொருள் : பசுவின்பால் அன்னம் ஒன்றுதான் சாப்பிட வேண்டும். கைப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு, காய்கறிகள், கிழங்கு கள் விலக்கவேண்டும். அவைகள் கற்பத்தை முறித்து உடல் வெண்மையாவதைத் தடுக்கும்.

93. உறுதியாய் கற்ப முண்ணும் முறை பாகங்கள்
உத்தமனே சொல்லுகிறேன் நன்றாய்க்கேளு
அருந்தவத்தால் ஆனதொரு அமுர்தந் தன்னில்
அப்பனே சொல்லுகிறேன் நாதங் கூட்டி
பருவமுடன் மூன்றாண்டில் காலை மாலை
பருகியப்பா ராஜாங்க யோகஞ் செய்வாய்
திறமாக அன்னமுடன் ஆவின் பாலும்
தேகத்தில் கனல் வேகம் இல்லா வண்ணம்.

பொருள் : அருந்தவத்தால் முற்பிறவியின் நல்வினையால் கிடைத்த அமுர்தத்தை, மூன்றுமாண்டில் காலை, மாலை, உடலில் உஷ்ணம் மீறாமல், ஆவின் பாலன்னம் மாத்திரம் உண்டு, ராஜாங்க யோகம் செய்வாய்.

94. இல்லாத வண்ணமாய் முன்னே தானும்
இன்பமுடன் மூனே முக்கால் கற்பஞ் சாதி
நல்விதமாய் பின்னன்னம் உண்டு அப்பா
நலமுடனே வாசியப்பா வசஞ் செய்வாய்
சொல்லுகிறேன் காலைதனில் அப்பா கேளு
சுகமுடன் மதிதனிலே அகாரங் கூட்டில்
பொல்லாங்கை தான் தாராது இதுகள் தானும்
புகழ் முந்தி ஜென்மத்தில் விட்ட குறையாலே.

பொருள் : மதி என்னும் அமுதத்தில் நாதமென்ற அமுரி கூட்டி, தேகத்தில் கனல் உண்டாகாதபடி கவனித்துச் சாப்பிடு. முன்ஜென்மத்தின் விட்டகுறை இருப்பின் எல்லாம் நன்மையாய் முடியும். வாசியை மறந்திடாதே.

95. விட்டதொரு குறையாலே இச்சென்மத்தில்
விருப்பமுடன் எய்தினது ஒன்றுதானும்
கொட்ட மது தானடக்கி துதியே செய்து
ஓங்கார மூலம் சுழி தனில் நீ நின்று
பட்ட சட திரைமதனை நினைத்து நீயும்
பாணத்தால் பழக்கமது செய்யச் செய்ய
சட்டமுடன் ஞானசித்தி கனிப்புண்டாச்சு
சாற்றுகிறேன் ஊன் இருந்தால் உயரும் யோகம்.

கற்பத்தின் அளவு

96. யோக மது நிலைத்திடும் நீயிந்த வண்ணம்
ஓகோகோ சுழிதனிலே நாட்டமாய் நில்
பாகமது காலைதன்னில் சொல்லக் கேளு
பகருகிறேன் புள்ளக் காயளவு கொண்டு
வேகமுடன் மாலைதனில் அதிலே ஒன்று
இப்படியே சத்தி திசைஷ மூன்றும் ஆண்டில்
சோகமது தான் தவிர்த்துக் கொள்ளும் போது
சொல்லுகிறேன் தேனருவிப் பாயும் பாயும்.

பொருள்: (95-96) மேற்படி புளிஷய புள்ளக்காயளவு மாலையில் உண்டு வர, ஒரு வருடத்தில் பிரம்மரந்தரத்திலிருக்கும் தேன் அருவி பாயுமென்க. ஞானசித்தி லபித்து ஆனந்த சொருப மடைவாய்.

97. அருவியது பாய்கின்ற காலந் தன்னில்
அண்டத்தில் வாசிதனை பாயச் செய்து
திறமுடனே கண்டத்தில் தாரை யூதி
திருப்தியாய் மண்டலங்கள் மூன்றுந் தன்னை
சரசமுடன் வலமாகச் சுத்தி நீயும்
சாற்றுகிறேன் சிவசக்தி தனைப் பூசித்து
பிற்சென்ற சராசரத்தை தாண்டி யப்பால்
பிரியமுடன் குண்டலியின் வாசி தன்னை

பொருள்: பிரம்மரந்தரத்திலுள்ள அமுதம் பாய்ந்து வாசி லயப்பட்டு மூன்று மண்டலங்களையும் சுற்றி வரக்கூடும். அண்டத்தில் பஞ்சாட்சரமென்னும் அமுரியைப் பாய்ச்சு. சத்தி சிவம் சேர்ந்த கற்பத்தை சேவி.

98. வாசியை நீ கும்பித்து ஸ்தம்பம் செய்து
அப்பனே நிர்பந்தமாகத் தானும்
ஆசையுடன் மூல சுழி தனிலிருந்து
அப்பனே ஊதி மேல் நோக்கி நீயும்

பாசமுடன் இரண்டப்பா விநாடி தானும்
பரிந்துமே தலைசுத்தி கை நொடிப்பாய்.
காச்சித்த யோகமது ஓராண்டப்பா
கருணையுடன் நாட்டு நாள் ஒரு மாதந்தான்.

பொருள்: வாசியை இரண்டு விநாடி கும்பித்து தலைசுற்றி கை நொடிப்பாய். இப்படி ஓராண்டு செய்வாய். இதை வெகு பக்குவமாய் செய்தல் வேண்டும். நெறிபட்ட ஆசான் மூலம் அதை அறிய வேண்டும்.

99. ஒன்று முதல் பத்து வரை ஓராண்டப்பா
உறுதியுடன் இப்படியே பழக்கம் பண்ணுல்
அன்புடனே வாசியாம் பிராண வாயு
அவரி யெழுந்து அக்கினியில் சென்று தானும்
நன்றான அண்டரண்ட மளாவி தானும்
நாசிதனில் பனிரெண்டு அங்குலந்தான் பாயும்
அண்டர்தன் தயவினால் இந்த யோகம்
அப்பனே தச திங்களாக வேண்டும்.

பொருள்: இப்படிச் செய்ய பிராணவாயு மூலாக்கினியில் சேர்ந்து வாசி தான் உற்பத்தியான இடத்தை சேரும். இப்படி பத்துத் திங்கள் செய்தல் வேணடும்.

100. வேண்டினால் வாசியது ஆதாரத்தில்
விரும்பியே நிற்குமடா பூசிப்பாய் நீ
மூன்றாண்டில் பூசித்தால் மூலநாடி
ஊதிரண்டில் ஒன்றசைவாய் மிகவே தானும்
பானு நவத் துவாரமது ஓடா வண்ணம்
பாரப்பா மனம் புத்தி சித்தம் ஒன்றாய்
தெளிந்த வாசியது ஏறி தானும்
திறமுடனே அண்டத்தின் தின மூவேளை.

பொருள்: இப்படி பிரம்ம ரந்தரத்திலிருந்து தேன் சொட்டும்போது சுழினை என்ற வாசியை நோக்கினால் நவத் துவாரங்களும் அசைவற்று உடல் உயர் ஒன்று சேர்ந்து லயப் படும். இவ்வித சுழிமுனையை நோக்கும் பயிற்சியை குருமுகமாய் அறியவேண்டுமென்க.

101. மூ வேளை சாதனையும் செய்து நீயும்
முக்கியமாய் மூதண்டம் பாயவே தான்
பார் புகழ் வங்கென்று மூலத்தாதி
பார் மகனே வாசிதனைப் பார் பிரித்து

சிரோங் சிங்கென்று ஓதி நீயும்
சிவா சிவாஎன்று நீ சுடரில் ஏற்றி
இவ்விதமாய் இருத்தி மேல் நோக்கும் போது
இன்பமுடன் சுழிதனிலே கதவு தானும்.

102. கதவுமே திறக்குமப்பா திறந்தால் கேளு
கனல் கனகப் பரஞ்சுடரே காணும் காணும்
பதவியப்பா கிடைக்கின்ற மார்க்கஞ் சொன்னேன்
பார் மகனே சித்திரையும் மதியில் கொள்ள
விதமுடனே அமுரியது கொண்டால் கேளு
வேகமது மீறியே கனலாய்க் கூடும்
மனமடங்கி யோக சித்தி தச மாசத்தில்
மாச்சர்ய மாகுமப்பா இன்னுங் கேளு.

பொருள் : (101-102) இவ்வித யோகப் பயிற்சி செய்யும் போது நம் இருள் தேகத்தினுள் அடை பட்டிருக்கும் ஆருதார வாசல்கள் திறந்து பரஞ்சுடர் காணும். சித்திரை மாதத்தில் அமுரியை உட்கொண்டால் கனல் வேகமாய்க் கிளம்பிவிடும். ஏழாம் மாதமாகிய ஐப்பசி மாதம் ஆரம்பித்து சாப்பிடுதல் நன்று.

103. இன்னுங்கேள் சொல்லுகிறேன் ஐந்தாண்டாகில்
இன்பமுடன் தேக மது வலுவதாகி
முன்னுளில் செயல் படிக்கு அமுரி மாறில்
முக்கியமாய் சுத்தமதாய் அமுர்த மாகும்
சொன்ன தொரு கற்பாதி கற்பத்தாலே
சுகமாக ஜல மலமும் மாறினுக்கால்
அன்னவனின் செயல்படிக்கு ஞானவானும்
அந்தரங்கத்தைக் கண்டோன் ஞானி.

104. கண்டாலோ பாழ் வினையும் போகுமப்பா
கருணையுடன் முப்பாழும் கடந்தானந்தம்
நன்றாக வருகுமப்பா பிரகாசத்தில்
நாட்டமுடன் திறை கடந்து அண்ட மேறி
கொண்டாட்ட மாகவே விளக்கு மேற்றி
கூறுகிறேன் தத்துவங்கள் தொண்ணூற்றாறு
சண்டனென்ற அமுரியினுல் நீறினுக்கால்
சாற்றுகிறேன் முப்பாழும் நீற்ப்போமே.

பொருள் : அமுரிசுத்தியாளுல் அமுதமாகும். அதை உண்ண மல ஜலமற்று சுத்த தேகமாகும். இவ்வுடலை வாட்டும் தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களும் இக கற்பத்தினுல் பொசுங்கிப் போகும். அப்பொழுது அந்தரங்கம் அறிந்து ஞானியாவாய்.

கற்பம் கொள்ளும்போது விதிகள்

105. போனலும் கற்பங்கள் கொள்ளும் போது
புலத்தியனே கன நடையும் மழையும் காற்றும்
ஊனான மனிதர் சஞ்சார மாய்கை
உத்தமனே சோம்பலும் தூக்கத்தோடு
மாணுகேள் பிதற்றலும் கோபத்தோடு
மாற்ற பிணி கஞ்சாவும் மதுவினேடு
கோனான கறிவகை சுவையினேடு
கூறிவந்த இதுகள் எல்லாம் தள்ளு தன்னே.

பொருள் : கற்பம் சாதிக்கும் காலே கன நடை, மழை, காற்று. மனிதர் சஞ்சாரம், அதிதூக்கம், கோபம், கஞ்சா, மது பானங்கள், காரசார கறி வகைகள் கூடாது.

106. தள்ளிவிட்டுக் கற்பத்திற்கு உறுதி சொல்வேன்
தரணி மேல் பச்சரிசி பயருடப்பா
விள்ளுகிறேன் பால்விட்டு சமைத்துத் தானும்
விருப்பமுடன் கருவேம்பு அமுரி யுப்பும்
சன்னையில்லை மிளகுடனே மூன்றுஞ் சேர்த்து
சாற்றுகிறேன் தூளாக்கி அமுதில் தூவி
என்னளவும் பாராமல் ஒரு பொழுது தானும்
ஈஸ்வரியால் தீக்ஷையிலே மூன்று மாண்டில்.

பொருள் : பச்சரிசி, பாசிப்பயறு, பால்விட்டு சாப்பிட லாம். கரிவேப்பிலை, அமுரி உப்பு, மிளகு முதலியன சேர்த்து சமைத்தும் ஒரு பொழுது சாப்பிடலாம்.

அண்டச் சுண்ணத்தின் விபரம்

107. மூன்றான ஆண்டிலே உண்டு வா நீ
உத்தமனே இனி அண்டச் சுண்ணம் சொல்வேன்
ஆண்ட ஈராண்டில் அந்தி சந்தி தீக்ஷை செய்த
அப்பனே மீந்த தோர் கார மெல்லாம்
மூண்ட தொரு சமாதிதனில் அடக்கம் செய்து
முக்கியமாய் பழம் புளிய அண்ட மாச்சு
நான் சொல்வேன் அந்த அண்டம் சுண்ணமாக
நாதத்தில் மதி சேர்த்துக் கரைத்திடாயே.

பொருள் : பழம் புளியே அண்டம். அதைச் சுண்ணம் செய்ய நாதத்தில் மதி சேர்ந்து கரைத்திடு நாதம் என்பது கட்டியான பொருள். மதியென்பது நீர் என்று பொருள் கொள்ள வேண்டியுள்ளது.

108. கரைத்துமே சட்டியிலே விட்டு மைந்தா
கருணையுடன் மேல் மூடி சீலை செய்து
திறமுடனே மூன்று நாள் வைத்து வைக்க
தீர்க்கமுடன் நாலா நாள் தெளிந்த நீரை
அரைகிறேன் குப்பிதனில் அடைத்துக் கொண்டு
அப்பனே முன்சொன்ன அண்டம் வாங்கி
முரைத்துமே அய்க்காம்பால் மாவாயாக்கி
முற்று மே வந்தபின் சொல்லக் கேளே.

109. சொல்லக் கேள் வடித்த அண்டச் சூரணத்தை
சுகம் பெறவே சீலையிலே கிளியாய்க் கட்டி
நல்லக் கேள் ஒரு படியாய் அமுர்தம் தானும்
நலமுடனே பாண்டத்தில் விட்டு மைந்தா
நன்றாக கிளியதனை அதிலே பாச்சு
நலமுடனே மேல் மூடி ஜலந்தான் சுண்ட
சொல்லுவேன் எரித்தான பின் எடுத்து
துரித முடன் கல்வத்தில் போட்டிடாயே.

பொருள் : (108 - 109) ரவி மதியென்னும் (மதி - நாதம்) இரண்டும் சேர்த்துக் கரைத்து சட்டியில் இட்டு, மேல்மூடி அமைத்து சீலை மண் செய்து, மூன்று நாட்கள் சமாதி வைத்து, நாலா நாள் மேற்றெளிவை இறுத்துக் கொள்ளவும். அண்டத்தை இரும்புலக்கையால் இடித்து மாவாக்கி கிழியில் கட்டி மேற்படி நீரில் முங்கவிட்டு எரித்து தண்ணீர் சுண்டிய பின் எடுத்து உடனே கல்வத்தில் போடுவாய்.

110. போட்ட பின்பு முன் குப்பியில் அடைத்து வைத்த
புகழான பழம் புளி நீர் விட்டுத் தானும்
ஆட்டிடுவாய் இரு ஜாமம் வற்ற வற்ற
அப்பனே நீர் வார்த்து அரைத்துத் தானும்
நாட்டமுடன் மெழுகு பதமாகும் போது
நலமுடனே தான் வழித்து பில்லை தட்டி
வாட்டிடுவாய் கதிர் முகத்தில் காய்ந்துதானால்
சொல்லுகிறேன் ஓட்டில் வைத்து ஓடு மூடே.

பொருள் : கல்வத்திலிட்ட சரக்கை பழம் புளி என்ற காடி நீரால் மெழுகு திரள அரைத்து எடுத்து, வில்லை தட்டி ரவியில் அலற காயவைத்து, ஓட்டில் வைத்து ஓடு மூடு.

111. மூடியே சீலை மண் ஏழும் செய்து
முழுப் புடத்தில் போட்டிடுவாய் முக்கியமாக
சூடதற்கு ஆறின பின் எடுத்துப் பாரு
அண்டமென்ற சுண்ணத்தின் ஒளிவுதானும்

கோடி மதிக் கொடுக்கு மப்பா புலத்தியா கேள்
குறிப்புடனே விதையல்லோ சித்த ரெல்லாம்
பாடினார் நூல்களிலே யனந்த மார்க்கம்
பாரப்பா மறைத்த தெல்லாம் இதுதான் பாரே.

பொருள் : ஓட்டிற்கு சீலை மண் ஏழு செய்து முழப்புடமிட்டு ஆறியபின் எடுக்க, கோடி சந்திர பிரகாசமாயிருக்கும். இது தான் அண்டச் சுண்ணம். மெத்த காரமானது. இதைத்தான் சித்தர்கள் எல்லோரும் மறைத்து வைத்தனர்.

112. பாரப்பா இச்சுண்ணம் காரம் மெத்த
பகருகிறேன் சுக்கிலத்தின் சுரோணிதத்தால்
நேரப்பா வாச்சதுதான் சொல்லக் கேளு
நேர்மையுடன் காரமதில் சாரம் விட்டு
தேருதற்கு பணவிடைதான் சுண்ணமிட்டு
செய் பாகத்துடன் பிசைந்து லேகியம் போல்
காரப்பா மூன்றுண்டுக் கப்பால்
மகிமையுடன் சுத்த திங்கள் பத்துங் கொண்டால்.

பொருள் : சாரமென்ற அமுரியில் பணவிடை மேற்படி சுண்ணம் சேர்த்து லேகிய பதமாய் சர்க்கரை, பசுநெய், தேன் சேர்த்து கிண்டி எடுத்துக்கொள். மூன்றுண்டுக் கப்பால் இதை பத்து திங்கள் கொள்ளவும்.

113. கொண்டாலோ தேகம் வற்ஜிர காயமாகும்
குடிலமென்ற சட்டைகளும் கழன்று போகும்
நன்றான தேகமது பானு போலாம்
நான் சொன்ன வாசிதனை தூக்கி விட்டு
சென்றாதி பிராணயம் உள்ளடங்க
ஜெகத்தோர்க்கு கற்பத்தின் வித்தையைக் காட்டி
பண்டு போல் ஆதாரம் காணுதற்கு
பாரப்பா யோகங்கள் அறிவித்தேனே.

பொருள் : இந்த லேகியத்தை பத்து திங்கள் சாப்பிட தேகம் வஜ்ஜிர காயமாகும். உடலில் சட்டை கழலும். உடல் சூரியனைப் போல் பிரகாசிக்கும். வாசி தானாக லயித்து அது உதித்த இடத்தில் போய் ஒடுங்கும்.

114. அறிவித்தேன் மூன்றுண்டும் ஆச்சுதய்யா
அப்பனே சிவத்தொடு நாலுமாச்சு
குறிப்புடனே சிவதீக்ஷை முதலில் ஒன்று
கூறினேன் பின் மூன்றும் சத்தி தீக்ஷை

விருதாகக் கூறினேன் நாலா மாண்டில்
விபரமுடன் அறியும் விதம் சொல்லக் கேளு
பரனுதும் ஆதார வீடு தோறும்
பக்குவமாய் பஞ்ச கர்த்தான் பேசுவாரே.

பொருள் : சிவசக்தி தீக்ஷையைச் சொன்னேன். நான்காமாண்டில் செய்ய வேண்டியதென்ன வென்பதை சொல்லுகிறேன்.

115. பேசவருங் காலத்தில் அமுர்த மூரும்
பெருமையுடன் அவர் பாதங்கள் பணிவாயப்பா
கூறி யவர் யுனக்கோ பர மறிவிப்பார்
கூறுகிறேன் இத்தனையும் எதினாலென்றால்
ஆசையுடன் கொண்ட கார சாரத்தாலே
அப்பனே மவுனத்தால் வாசி கொண்டு
பாசமுடன் சரமாறி யேத்தின் அத்தால்
பாரப்பா இத்தனையும் எய்துங் காணே.

பொருள் : மேற்படி கற்பத்தால் அமிர்தம் ஊறும். சித்தர்கள் பாதங்களை வணங்கு. பரத்தை அறிவிப்பர். சரத்தின் மகிமையும் பெரிது.

116. காணவே கல்லுப்பு வாறு தானும்
கருதியே யறியாமல் உலகிலுள்ளோர்
ஆணவங்கள் மிகப் பேசி யிறந்து போனார்
அப்பனே கல்லுப்பைத் தேடினோர்கள்
வேணபேர் உண்டப்பா இறந்திட்டார்கள்
விளம்புகிறேன் வெள்ளை கல்லுப்புத் தானும்
பூணப்பா வெகு மதியாய் ஆய்ந்தாலுந் தான்
புத்தியுடன் உள்ளமதில் உண்டு பாரே.

பொருள் : கல்லுப்பின் பொருள் தெரியாது பலர் தேடியலைந்தார்கள். தெரிந்தவர்கள்போல் ஆணவம் பேசி மாண்டார்கள். ஆனால் ஒவ்வொருவர் உள்ளத்திலும் அக்கல் உண்டு.

117. உண்டு பார் கல்லுப்பும் வெள்ளைக் கல்லுப்பும்
உத்தமனே யிந்துப்பு இதுகளெல்லாம்
நன்றான தீக்ஷையது செய்து நின்ற
நலம்பெற்ற அமுர்தத்தைக் காய்ச்சினக்கால்
உண்டான உப்புக்கு இந்நாமங்கள்
உறுதியுடன் கூறியிருக்க வுலகந் தன்னில்
சண்டாளர் வெவ்வேறு உப்பெடுத்து
சாற்றுவார் கல்லுப்பு என்றுதானே.

பொருள் : அமிர்தத்தைக் காய்ச்சி எடுத்த உப்புக்கே கல்லுப்பெனப் பெயராம். ஆனால் உலகத்தோர் அதைப் பலவாறாகப் பிதற்றுவார்கள். பலபல உப்புகளை யெல்லாம் தொட்டு கரியாக்குவார்கள்.

118. தானென்ற வெள்ளைக் கல் உப்பு என்றும்
சாற்றுவார் இந்துப்புஎன்று தானும்
கோனென்ற உப்புக்கு மூப்பு வென்றும்
கூறினார் எதினாலே யென்று கேட்டால்
பரனென்ற மூன்றுந் தீக்ஷைக் காகும்
பல தொழிலுக்கு உதவுவ தால் மூப்பு வென்றும்
தேனான சித்தர்கள் கூட்டங் கூடி
திருவான நாமங்கள் கொடுத் திட்டாரே.

பொருள் : சோற்றுப்பென்றும், இந்துப்பென்றும், வெள்ளைக் கல்லுப்பென்றும் கூட்டம் கூடிக்கொண்டு சித்தர்கள் பல பெயர்களைக் கொடுத்தனர். கோனென்ற அவர்கள் கையாளும் உப்பு மூன்றுந் தீக்ஷைக்கு உதவுவதாலும், பல தொழிலுக்கு பயன்படுவதாலும், மூப்பு என்று பெயரிட்டனர்.

119. இட்டதால் புலத்தியனே யுனக்காய்ச் சொன்னேன்
இனி வாசி வசப்படும் வயணஞ் சொல்வேன்
சட்டமுடன் சூழ்ந்த உலகத்தோர்கள்
தான் புகழும் சோதியது பிரகாசிக்கும்
இடகலையும் பின்கலையும் சுழினையாலே
ஏக பராபரப் பொருளின் நாதத்தாலே
விட்டகுறை துரியா தீதன் தலந்தான் மேவி
விளம்புகிறேன் கலையொத்து வலஞ் செய் சுத்தி.

120. சுத்தி யிட பாரிசமாய் நடனஞ் செய்ய
சுகமுடனே கருவூர் வளநாட்டில் தானும்
பற்றுதலாந் தந்தையினா லுதித்த தலத்தால்
பாரப்பா அமுரியுந்தான் சரீரந்தன்னில்
அற்புதமாம் அமுரியுட விந்து கூறு
அப்பனே தசதிங்கள் அதுவும் உண்டு
முற்றுதலாய் பாலமுர்த போஜனமுஞ் செய்
முக்கியமாய் சுவாச மென்ற கலையைத் தானும்.

121. கலைதனையே ஆதாரந் தன்னில் மாட்டி
கருணையுடன் அங்கங்குந் தொழுது தானும்
சில துறையைக் கொண்டப்பா துருவ மேவி
சீர் பத்து வாயுதனை அமுரியாலே

பலனுகத் தான் கட்டி யொருமிக்கச் செய்வாய்
பாரப்பா வருநீரும் அதுவே யாகும்
தல ஜெயநீர் அதுவாகும் அதுவுந் தானும்
தன்மையுடன் மனே வேகமாய் வருகு மப்பா.

122. வருகின்ற அமுர்த மதை யுண்ட பின்னே
அப்பனே யமுதுண்டு சுழியை நாடி
அருந்தவத்தின் வாசியினல் அங்கென்றுந்தான்
அகார முதலக்ஷரமும் துடியே யாக
ஒரு மித்து முடி சுத்தி விளுடி பாரு
உறுதியாய் சுழி முனையின் தாரை தன்னில்
பரமி தன்று அனுக் கிரகம் புரிவாரப்பா
பக்குவமாய் ஓர் இனந் தானுகிலுந் தான்.

123. ஓர் இனந்தான் ஆகிலுந்தான் பிரியாமற்றுன்
உத்தமியாள் பதம் பணிந்து தொழுது போற்றி
பாரரு நீர் சொல்லுகிறேன் புளியு முறவாய்
பார்த்திபனே ரவி மூலந்தனிலே தானும்
சார் கடலின் வேகமதாய் வருகும் பாரு
சாற்றுகிறேன் இதுவேதான் பிரம்மாதி கற்பம்
ஆர் புவனந்தனில் கருவா மிதுகள் தன்னே
அறியாமல் போனர்கள் மேலுங் கேளே.

பொருள் : (119-123) புளியும் நீரும் சேர்ந்த பிரம்மாதி கற்பத்தை நீ சாதித்ததினல் உனக்கு பராபரத்தின் வழியைக் கண்டுகொள்ள முடிகிறது. அமுரியின் வேகம் தசவாயுவை அடக்கும் சுழி முனையில் உயிர் தம்பித்து நிற்கும்.

(புளியென்பது கட்டியான பொருள். நீர் என்பது தண்ணீர் என்றறிக)

124. மேன்மையுடன் தேக சித்தி பெறுவாறில்லை
ஞாலத்தின் அனேவோர்கள் இக்கற்பத்தை
அறியார்கள் அறிந்தவர்கள் ஆகிலுந்தான்
பாலமுர்தம் போல் மனிதன் உற்பனத்தால்
பல நூலின் வழிகண்டால் தோனும் வஸ்து
தாலத்தின் சித்தர்களும் காணமல்தான்
தன்மை யற்று சவமாகிப் போனர்தானே.

பொருள் : மேற்படி கற்பத்துக்கு கருநெல்லி கற்பமென்ற பெயரும் உண்டு. ஆனல் உண்மை யறியாத மக்கள் நாட்டில் கருநெல்லிக் கற்பத்துக்கு அலைந்து திரிவார்கள். பல நூல் களைக் கண்டால் பொருள் இன்னதென விளங்கும். அண்டக்கல் இன்னதென புரியும்.

125. போனதினல் அவர் கண்டு மரிப்பாரப்பா
புகழான உதகமும் அறியார் நாய்கள்
ஆனதினல் இவர்களெல்லாம் ஞானியாக
ஆவாரோ யுலகத்தில் பரதேசிகள்
ஊனமுடன் உயர் ஜீவன் வளர்த்தாலும்
உடலது போய் சுக்காகி யேகினர்கள்
பானத்தால் வாய்வு பத்தும் வசமதாக்கி
பாரப்பா சுவாசத்தை அசையா வண்ணம்

126. அசையாமல் மூலத்தில் கும்பித்தப்பா
அப்பனே சிங்கெனவே மவுனந் தன்னில்
அசையாமல் அருள் பெற்று யோகஞ் செய்து
அனுக்கிரகம் பெற்றுமே யிருளு மற்று
அசையாத முற்றிதனில் சேர்ந்து நீயும்
அப்பனே மோக்ஷத்துள் கண்டு தானும்
அசைந்தாடும் ரவி மதியும் சிவத்தின் ரூபம்
ஆதலால் குரு மந்திரம் அங்குதானே.

பொருள் : (125-126) உண்மைப் பொருளாகிய உதகத்தை அறியாது மலைகளிலுள்ள உதகத்தைத் தேடுவார்கள். இப்படிப் பட்டவர்கள் பரதேசிகள். உடல் சுக்காகி ஞானம் பெறாது மாண்டு போவர். குரு முகமாய் சிவசக்தியின் ரூபத்தை அறிந்து கொண்டு அதைத் தன் உடலில் சேர்த்தால் சுவாசம் கீழ்மேல் நோக்காது தம்பிக்கும். (உதகம் என்பது நீர் ரூபமுடையது)

மந்திர ரகசியம்

127. அங்கென்ற அக்ஷரத்தை சொல்லக் கேளு
அப்பனே சுழியினுட முதலெழுத்தாம்
சங்கையுடன் அதினலே கடையெழுத்தை
சாங்கமுடன் அறியலாம் அப்பனே சொன்னேன்
எங்கும் சுக ஜீவனமாய் பெரியோர்தானும்
என் மகனே ஒருபோது அமுர்தம் கொண்டு
லிங்கமது தானறிந்து பசி யொழிந்து
உலகத்தில் கருவாளி யாகித்தானே.

பொருள் : 'அ' என்னும் முதலெழுத்தும் (இக்) என்ற கடை யெழுத்தையும் உபதேசிப்பதே குருமந்திரம். இதன் தத்துவத்தை குரு முகமாகத்தான் அறியவேண்டும்.

மடைவாயில் பக்ஷிநடை அறிய

128. ஆகியே தன்னுக்குள் ஸ்தல வாசத்தில்
அற்புதமாம் இடைகலையின் சுழினையாலே
பாடுபெற்று யோக மதில் ஏறித் தானும்
பாரப்பா தீக்ஷை பத்தும் மேலான தவமாம்

யாகியே ஜெகந்தனிலே மடவாய் தன்னில்
உயிர்பறவை பக்ஷிபோல் சொல்லக் கேளு
ஆடு மதி ரவி செயலைக் கொண்டு தானும்
அப்பனே யோராண்டில் புலனை வென்றால்.

129. வென்றார்கள் ஐம்புலனை அப்பா கேளு
விருத்தாந்தம் வாய்வுடனே அனல் சேராது
தன்னுடனும் இறந்துபோம் அதுகள் சேர்ந்தால்
நளினமுடன் இறவாது தேகந் தானும்
சென்றவர்கள் பெற்ற பேர் ஞானியாகும்
துறவறமும் இல்லறமும் இதுவேயாகும்
என்றைக்கும் பிறவார் மூன்றெழுத்தைக் கண்டார்
எப்போதும் மறவாமல் மவுனந்தானே.

பொருள்: (128 - 129) சுழிமுனையில் ஸ்தம்பித்தால் தசநிலை இவ்வுடல் பெறும். அதற்கு ஆதாரம் ரவி மதியே யாகும். வாய்வும், வன்னியும் தனித்தனியே நில்லாது ஒன்று சேரின் உடல் போகாது. அ-உ-ம-என்னும் மூன்று அக்ஷரங்களை அறிந்தோர் சாகார்.

130. மௌனமது விடாமல் அருள்பெற்று அடைவர்
மகிமையுடன் யோகமது செய்வதற்கு
சுகுணமாய் செகத்தோர்க்கும் உனக்குத்தானும்
சாற்றினேன் இம்மார்க்கம் புலத்தியனே அப்பா
உபமானம் நற்பிறவி யாகத்தானே
உலகுதனில் தானிருந்து ஞான மொழியை
தவமதுவால் கற்பனையாய் கண்டறிந்து
காலமது போகாமல் கற்பந் தன்னை.

பொருள். யோகம் சித்திபெற வேண்டுமாயின், உடலை பாதுகாக்கும் கற்பத்தைக் கண்டறிய வேண்டும்.

131. கற்பத்தின் உட்கருத்தை கருத்தினாலே
கனமுடனே தானறிந்து தரணி தன்னில்
தற்பரத்தின் யோகியாய் வாழ்வா யப்பா
தன்மையுடன் அண்ட பற்பம் உண்டு வந்தால்
உற்பனமாய் ஆக்கைதன்னில் உள்ள நோய்கள்
உண்மையுடன் தான் பறக்கும் நாலா மாண்டில்
சொற்பதமாய் ஊழ்வினை வந்தெய் திட்டாலும்
சொற் பெரிய கர்மவினை வந்திட்டாலும்.

132. வந்தாலும் நமனதுவாய் அண்ட பற்பம்
வகையுடனே கொண்டிட்டால் பறக்கும் நோய்கள்
விந்தையுடன் அணுவேனும் சளையாமற்றான்
விருப்பமுடன் கற்பமது சாதித்தப்பா
சந்தயமாய் நால் ஆண்டு கடந்து தானால்
சாற்றுவேன் ஊழ்வினைகள் வந்து சேரும்
எந்த நோய் வந்தாலும் அஞ்சாமற்றான்
என்னுத்தான் பாதமது பணிய வேணும்

133. பணிந்துமே அண்ட பற்பம் உண்டு வந்தால்
பறக்குமடா வினைக ளெல்லாம் பனிபோல் நீங்கும்
கனிந்து நான் இனியொன்று சொல்வேன் கேளு
கருணையுடன் மதி பிசகாது உண்டால் மைந்தா
வினைநோயும் அகலுமென்று எனது குருவும்
பிரியத்தால் தானுரைத்தார் புகழ்ந்து சொன்னேன்
அடிமுடியும் மயிர் பாலந் தன்னிலே தான்
அப்பனே பழம் பொருள் ஒளித்த வாரே.

பொருள்: (131-133) அண்டபற்பம் உண்டு வந்தால் ஆக்கையில் உள்ள நோய்களெல்லாம் நாலாமாண்டில் தீரும். கற்பம் சாதிக்கும் காலத்தில் பல பிணிகள் உடலைத் தாக்கும். ஆனால் பயப்பட வேண்டிய அவசியமில்லை. பழம் பொருளாகிய கற்ப மருந்து அடி முடி என்னும் சிவ சக்தியில் பொதிந்து கிடக்கிற தென்பதை உணர்வாய்.

ஜனகர் மறைத்த பொருள்

134. தெளிந்தவர் கனவுபோல் கண்ட காக்ஷி
திரமுடன் கற்பத்தால் அறிவாய் மைந்தா
அழியாமல் சிரஞ்சீவி பதந்தான் பெற்ற
அருள் ஜனகர் மறைத்து வைத்த பொருளப்பா
தெளிவாக மறைவின்றி சொல்லிவிட்டேன்
தேனறிந்த புலத்தியனே யுனக்காய்த் தானும்
சலியாமல் உலக மெல்லாம் அலைந்த மார்க்கம்
சாற்றினது ஏதென்றால் சொல்லக் கேளு.

பொருள்: கற்பத்தால் ஜனகர் சிரஞ்சீவி பதத்தைப் பெற்றார். அவர் மறைத்த பொருளை புலத்தியனே உனக்கு வெளியாகச் சொல்லி விட்டேன்.

135. சொல்லக் கேள் மாளாமல் இருப்பதற்கு
சுகமாக இவ்வளவும் வெளியாய்ச் சொன்னேன்
சொல்லக் கேள் அமுரியுண்டு மோக்ஷம் பெற்றால்
சுகம் பெற்ற நமனல்லோ மாண்டு போவான்

சொல்லக் கேள் சொர்க்கமது நாத விந்தால்
சுகமாகத் தான் கிடைக்கும் இன்னும் கேளு
நல்ல சஞ்சீவி யுண்ட பலத்தினாலே
நலமுடனே பிராணாயம் சித்தியாகும்.

பொருள் : அமுரிகற்பம் கொள்வதால் நமன் மாண்டு போவான். மரணமில்லை. நாம் பெறும் இன்ப வீடு நாத விந்தால் என்பதை உணரவேண்டும். அதனால் பிராணாயம் தானாகவே சித்தியாகும். மூச்சை இழுப்பதோ விடுவதோ கூடாதாம்.

136. சித்தியடா பிராணாயம் சித்தியானால்
சிறப்படனே சொல்லக்கேள் ரேசித்தப்பா.
பக்தியுடன் பூரகத்தில் கும்பகத்தில்
பாய்ந்தாலோ வாசியது நிலைக்கும் பாரு
புத்தியுடன் ஐந்து பஞ்ச பூதந்தானும்
புகழுடன் தானறிந்தால் அநித்தியம் போகும்
சித்தியாய் அஞ்சு வசப் படுதல் தானும்
சொல்லுகிறேன் ஓராண்டில் வசமதாமே.

பொருள் : ஓராண்டு கற்பத்தாலே பிராணாயாமம் சித்தியாகி பூரகம், கும்பகம் என்னும் நிலைகளெல்லாம் தானாகவே வயப்படும். பஞ்ச பூதத்தின் தத்துவம் தானாக விளங்கும். தன் வயப்படும்.

137. வசமெத்த விதமாகும் என்று கேட்டால்
வன்மையுடன் மானிடனாய் பிறந்தாலப்பா
மசக்கின்ற பெண்சாயல் விலக்க வேணும்
மகிமையுடன் நீக்கினால் பேரின்பத்தில்
வசமுடனே தான் சொக்கி புலத்தியனே ஐயா
வன்மையுடன் தேகமது அழியா வண்ணம்
குசுமியாய் சித்திபெற்றதுங் களவாணுவாய்
குறிப்புடனே யோக பூஜை செய்ய வேண்டும்.

பொருள் : மானிடனாய்ப் பிறந்தவன் தேகம் அழியா வண்ணம். சித்தி பெறவேண்டில் பெண் சாயல் கூடாது.

யோக சித்தி

138. வேண்டுமென்றால் யோகசித்தி இனிமேல் சொல்வேன்
விருப்பமுடன் தான்கேளு கவனித்தப்பா
பூண்டு நீ வாசிதனை பூதி மைந்தா
புகழுடனே தம்பித்துச் சொல்லக் கேளு
வேண்டி நீ கருவிகளைச் சுட்டு நன்றாய்
விரும்பியே கும்பித்து பூரகமே நாடி
பூண்டப்பா தம்பித்து கும்பகந்தான் தேடி
புகழுடனே மூன்றாண்டு சென்று தானும்.

139. சென்றுமே யோகமதில் தானே நின்று
சிறப்புடனே தாரைதனில் வாசி பூதி
நன்றாக கணபதியை தொழுது தானும்
நங்கென்று விநாடியே ஊதி நன்றாய்
சின்டுபோல் மங்கென்றுஞ் சாதியப்பா
சிறப்புடனே சிங்கென்று மூலந் தேத்தி
அன்றல்லோ வங்கென்றும் பரத்தைப் போற்றி
அப்பனே,யங்கென்றும் வாசி மேலே.

பொருள் : நங்-மங்-சிங்-வங்-யங் என்பவை பஞ்ச பூதங்களைக் குறிக்கும் (நமசிவய). இவைகளைக் கட்டுவதே யோகமென்க. கணபதியென்ற மூலத்தை சுப்பிரமணியென்னும் அகரத்தால் கட்டுவதே யோகம் (கணபதி = புளி; சுப்ரமணியன் = அகரம் உப்பு.)

140. வாசி மேலேறி பிரகாசமாக
ஆதித்தன் போலேதான் ஓமென்றேதான்
வீசியே மூலத்தில் ஒட்டியப்பா
விளம்புகிறேன் அவ்வாசல் தன்னைக் கட்டி
கூசியே அவ்வும் உவ்வு மொன்றாய்க் கூட்டி
குணமுடனே நாசிதனில் மூச்சே ஓட்டாமல்
தேசிக நின்பத மேவி சொல்லக் கேளு
திறத்தினால் ஊசிமுனை வாராமற்றான்.

பொருள் : ஓமென்ற மூலத்தில் பாய்ந்து வரும் அவ்வும் உவ்வும் (அ—உ) அதாவது நாதவிந்து பொருள்களை ஒன்றாகக் கூட்டினால் ஆதித்தன் போல் விளங்குமென்க.

141. வாராமல் ஆதார மூலந் தன்னில்
வழுத்துவேன் நாதாவைத் தொழுது தானும்
பாராமல் பிராணாய தீபம் ஏற்றி
பாரப்பா கெங்கைதனில் ஜெனம் செய்து
ஆதாரம் தனில் கெவனம் பாயா வாசி
அரனருளால் ஆசா பாசம் அறுத்துத் தானும்
பூராக வாசி பரி மீதிலேறி
புருவநடு வீதியிலே நேசிப்பாரே.

பொருள் : மூலாதார மென்ற வாசியால் தீப மேற்றினால் அமுர்தமென்ற சுத்த கெங்கை இறங்கும்.

விதியிருந்தால் வருமென்பதற்கு சாக்ஷி

142. ரேசித்துப் பாய்ந்துமே கடிகை யொன்றுக்கு
ஓர்விதமாய் சுழியில் நிற்பாய் திங்களொன்று
வாசியினால் இப்படியே நாட்டுவாய் நீ
அப்பனே யோராண்டு வரை வந்தாக்கால்
நாசமாய் முப்பாழும் நீறிப் போகும்
நானிலத்தில் சகல சித்தர் சொல்லி வைத்த
ஆசை பரி பாஷைகளும் தோணுமல்தான்
அவனுடைய விதியிருந்தால் வருகுமென்றே.

பொருள் : விட்டகுறை, தொட்டகுறை ஒருவனுக்கிருந்தால் தான், பரி பாஷைகளின் உண்மைப் பொருள் விளங்கும்.

சிவம் சக்தி ஜெயநீர்

143. வருகு மென்று சொல்லி சொல்லி நரகம் போனார்
வாய்த்த விந்து நாதமே யேம மப்பா
பாடுகின்ற மேகமே யமுறி புளியாம்
பாரப்பா சிவம் சத்தி சேர்ந்து தானும்
உருக்கமுடன் திரவம் கடுஞ் செய நீராகும்
உண்மையாய் எட்டெட்டு சரக்கும் நீறும்
தரணி தனில் நவலோக மாற்றும் ஓறும்
தன்மையுள்ள அம்பிகையின் கமலநாடி.

பொருள் : உண்மைப் பொருளாகிய நாத விந்தென்னும் சிவம் சகதி சேர்ந்தால் அதாவது அமுரியும் புளியும் கலந்தால் கடுங்கார ஜெயநீராகும். இது அறுபத்து நான்கு சரக்குகளைக் கொல்லும். நவலோகம் ஏமமாகும்.

144. நாடு நீ அவர் சத்தால் மூலம் பாய்ந்தால்
நானிலத்தில் வாதம் உன்னுள் அமையும் பாரு
ஆடுகின்ற பதியினால் ரவியும் தோற்றும்
அப்பனே யிருவினையும் சுட்டு நீதான்
ஓடிவரும் பிறப்பிறப்பும் ஒழித்து விட்டு
உண்மையாந் தொண்ணூற்றாறு கருவிதன்னை
சாடுவாய் அன்பினால் நீறாக்கி
சாற்றுகிறேன் வாயு தனைக் கும்பிப்பாயே.

பொருள் : மேற்படி நாத விந்தின் சக்தியால் தொண்ணூற்றாறு தத்துவங்களும் நாசமாய்ப் போகும். ரவி மதியும் ஒன்றாய்ச் சேர்ந்து பிறப்பு இறப்பை அறுக்கும். இருவினையும் பொசுங்கிப் போகும்.

கும்ப லக்ஷண மறிய

145. கும்பிப்பாய் மூலத்தில் வாசி தன்னை
கூறுகிறேன் நாசி வழி வாரா வண்ணம்
நம்பிப் பார் சாங்க யோகஞ் செய்வாய்
நானிலத்தில் பஞ்சாக்ஷ ரஅமுரிநஞ்சை
சம்பிரமாய் வயிராக்கியத் துடனே கொண்டு
சாற்றுகிறேன் தேக மெண் சாண் தன்னைச் சுட்டு
பம்பரம் போல் ஆதார ஸ்தலத்தில் நின்று
பாரப்பா பாணத்தை மாறத் தேகம்.

பொருள் : அமுரி கற்பம் கொள்வதினால் வாசி கட்டுப் படுமெனக. நாசி வழியாய் சுவாசம் வராது.

146. தேகமது தங்கமாம் ஸ்திரந் தானப்பா
இறத்தினால் தன்னைத் தானறிந்து தானும்
பாகமுடன் ஜடந்தன்னை சுத்தி செய்து
பாரப்பா அம்பிகையின் பாதந் தன்னை
தேகமதில் அவ்வும் உவ்வா யறிவாய் நீயும்
தேனைப்போல் சொல்லுகிறேன் இன்னங் கேளு
ஆகமத்தில் இயானத்தின் புகழை யப்பா
அறிவதற்கு தச தீக்ஷை காட்டினேனே.

பொருள் : மேற்படி கற்பத்தினால் தேகம் தங்க மயமாகும். தன்னைத் தானறிதல் கூடும். தசதீக்ஷை முடிந்தால் ஆகமத்தில் சொல்லப்பட்ட இயானம் எதுவென்று விளங்கும்.

147. காட்டினதால் கருவூரார் நாடுதன்னில்
கருணையுடன் நிலைத் திரு நீ என்றுமப்பா
ஆட்டப்பா அஷ்டாக்ஷர மென்ன வென்றால்
அன்பனே அமுறி புளியாகு மப்பா
இஷ்டமுட னிதுவுண்டு சித்தியாட
இயற்றுகிறேன் வங்சிங் என்றெழுத்தைத் தானும்
நாட்டமுடன் வங்கென்று யழுத்தித் தானும்
நலமுடனே வாசி யிழு எங்குந்தானே.

பொருள் : அஷ்டாட்சர மென்பது அமுரி புளிதானாகும். அதையே சடாட்சரம், ஏகாட்சரம், ஐம்பத்தோரட்சரமென சித்தர்கள் சொல்லலாயினர். இவையெல்லாம் பரிபாஷை நாமங்கள் என்பதறிக.

ஏக தீக்ஷை

148. எங்கும் பிரகாசமா யிருந்திப் பாரு
ஏகாந்தம் ஒரு தீக்ஷை முடிந்து தானால்
சங்கையின்றி அஞ்சி மூன்று இரண்டு தன்னை
சார்புடனே அறியலாம் இன்னுங் கேளு
பங்கமென்ற விதியை வெல்லு மதியினாலே
பார்மகனே மதியாலே விதியை வெல்லு
சிங்கம் போல் பதியறிய ஞானப் பாதை
சிறப்புடனே யிதுவப்பா அறிந்து கொள்ளே.

பொருள்: நீ ஞானப் பாதையில் உயர வேண்டுமாயின் ஐந்து மூன்று என்னும் எட்டாகிய (அ - வும்) இரண்டு என்னும் (உ - வும்) சேர்க்கத் தெரிந்து கொள்ளல் வேண்டும். அது தெரிந்தால் விதியை மதியால் வெல்லலாம்.

149. அறிந்து கொள்ளு மல ஜலமும் கழிந்ததானால்
அப்போ வல்லோ இந்திரியமும் பாழாமப்பா
பிறகிந்த மதிகண்டு உனதெழுத்தைக் கண்டால்
பிலமறவே தான் போக்கு புலத்தியா நீ
அறிவிப்பேன் இன்னுங் கேள் பூதலத்தில்
ஐம்பொறிகள் புலனை வரு மகான்களெல்லாம்
திறமுடனே வெளிதனிலே விடாமற்றானும்
தீர்க்கமுடன் பூசித்ததென்ன வப்பா.

பொருள்: ஐம்பொறிகளை அடக்கி விந்துவை நாசப்படுத்தாமல் தீர்க்கமுடன் மகான்களெல்லாம் இருந்ததை அறிவாயாக.

150. அப்பா கேள் வாத சித்தி பெற்றதென்ன
அன்புடனே சொல்லுகிறேன் புலத்தியா கேள்
ஒப்பாக மதி ரவியை பணிந்ததாலே
உறுதியுடன் தன்னுக்குள் உவர் அகற்றி
தப்பிதங்க ளில்லாமல் வாழ்ந் திருந்தார்
தண்மையுடன் காரமென்ற பூநீர் தானும்
உப்பாக காயத்தில் இருக்க வப்பா
உண்மையுடன் சாரத்தைக் கொண்டுதானே.

பொருள்: ரவி மதி யென்னும் நாத விந்தை தெய்வமாக கொண்டதினால் தனக்குள்ளிருக்கும் உவர் அகற்றி சிரஞ்சீவியாய் வாழ்ந்தார்கள். நம் உடலிலுள்ள காரம் என்ற சவுக்காரம் நிலைக்க வேண்டுமாயின் வழலையினால் கட்டவேண்டும். அப்படி கட்டிய சவுக்காரமே நம் உடலில் உறுதியாய்க் குடி புகும்.

பூநீரின் உண்மை

151. கொண்டுமே சவுக்காரம் கட்டாமற்றான்
குணம் பேயாய் உலகத்தில் பூநீர் தேடி
அண்டத்தில் அலைந் தலைந்து மாண்டா ரப்பா
அப்பனே யதுவல்லோ பூநீர் காரம்
நன்றாக யிது வல்லோ புளியாம் பூநீர்
நன்கார வீரமது வெடியுப்புந் தான்
கொண்ட பொருள் அடிமுடியும் இதுதானப்பா
கூறுகிறேன் சுருதிமுடி பொருளைக் கேளே.

பொருள்: சவுக்காரம் இன்னதென அறியாமல் உலகத்தோர்கள் அங்குமிங்கும் அலைந்து மாண்டார்கள். வீரம், பூரம், வெடியுப்பு, அடிமுடி யென்ப தெல்லாம் புளி பூநீராயிற்று.

தாம்பூரக் கட்டு

152. பொருளப்பா யிப் பொருளே சுருதி அந்தத்தில்
புகழுடனே சொல்லு கின்ற பொருளாமப்பா
அருந்தவத்தால் ஒருவருமே யறியாமற் றான்
அப்பனே சூட்சமாய் முடிக்க வேண்டும்
திறமுடனே அகார மென்ற தீட்சை யொன்று
தீர்க்கமுடன் சத்தி யென்ற தீட்சை ரெண்டும்
சிறப்புடனே முடிந்தபின்பு தாம்பூரத்தை
சீராக உருக்கியே சொல்லக் கேளே.

பொருள்: வேதங்கள் சுருதிகளில் சொல்லப்பட்ட முடிவான பொருள் இதுதான். எல்லாம் மறைபொருளாய்ச் சொல்லிவிட்டனர். அகரத்தை ஒரு தீக்ஷையும் உகரமென்ற சக்தியை இரண்டு தீக்ஷையும் செய்து முடித்த பிறகு தாம்பூரத்தை உருக்கு. (அகரம்—அமுரி. உகரம்=உப்பு.)

கற்பசித்தி யானதற்கு சாக்ஷி (தாம்பூரம் கட்டும்)

153. சொல்லக்கேள் சுத்த கெங்கை தனிலே சாய்க்க
சுயம்பாகி ரவி போலே ஒளியாம் செம்பு
நன்றாய்க் கேள் இப்பரி க்ஷைக் காண்ப தப்பா
நானிலத்தில் எளிதல்ல நான்தான் சொன்னேன்
உல்லாச தன் தேகம் ஊறலற்று விட்டால்
உறுதியாய் தாம்பூர முரல் போமென்று
எல்லைதனில் என் குருவும் எனக்கு உரைத்தார்
ஆதலால் புலத்தியனே உனக்காய்ச் சொன்னேன்.

அ—4

பொருள் : உருக்கிய தாம்பூரத்தை சுத்த ஜலத்தில் சாய்க்க தாம்பூரம் களிம்பற்று சூரியனைப்போல் ஒளிவீசும். தாம்பூரத்தி லூறலெடுக்கக் கூடியது. நம் உடம்பிலிருக்கும் ஊறலையும் அகற்று மென்க. ஆனல் முதலில் நம் தேகத்திலுள்ள ஊறலை அகற்ற வேண்டும்.

154. சொல்லுகிறேன் இனி சர்வ சித்தி கேளு
சூக்ஷமாய் செப்பதுவுங் கட்டித்தப்பா
விள்ளக் கேள் மூலகரு சேர்ந்தால் கட்டி
இறுகியே வலுவாகி ஜோதியாகி
மெள்ளக் கேள் பத்து வயதாகு மப்பா
மேலும் நாத விந்தாலே சரக் கெல்லாந் தான்
அல்லலின்றி கட்டுமடா சொல்லக் கேளு
அப்பனே நவ பாஷாண முதற் கொண்டு தானே.

பொருள் : ஊறலற்று தாம்பூரம் கட்டும். மூலகரு சேர்ந் தால் பத்து மாத்தாகு மென்க. நவபாஷாண முதல் எல்லா சரக்குகளும் கட்டுண்ணும்.

155. முதற் கொண்டு பரிசு வேதை யாகு மப்பா
முதல் நமசிவய மென்ற ஐந்தும் விந்து
விதம் ஐயும் கிலியும் சவ்வும் நாதமாகும்
விருப்பமுடன் கொண்டுமே வாசி யூதி
பத அங் உங் என்ற தொரு எழுத் திரண்டும்
பாரப்பா சமரச மாகப் பத்தும்
இதமுடனே சாதித்தால் பிரம்ம லபியும்
அகன்று போகு மென்று எந்தன் குருநாதன் சொல்ல.

பொருள் : நமசிவய வென்ற மந்திரம் விந்தாகும். ஐயும், கிலியும், சவ்வும் என்கிற தெல்லாம் நாதமாகும். அங், உங் என்பது எட்டிரண்டும் கூட்டிஞல் பத்தாகும். இதை சாதித் தால் பிரம்ம லபி விலகிப்போகும். எளிதாக சொல்ல வேண்டு மாயின் நாதவிந்துக்களை சேர்த்ததும் பத்தாகும். அதாவது (8 + 2).

வித்தில்லாமல் மரமில்லை

156. சொல்லவே புலத்தியனே யுனக்குச் சொன்னேன்
சொன்ன பத்தெழுத்தும் தச தீட்சை யாச்சு
அல்லவதில் ஓங்காரம் ஒரு தீட்சை யாச்சு
ஆக பதிஞேர் தீட்சை சொன்னேன் அப்பா
விள்ளுகிறேன் வித்தில்லா பூமி யுண்டோ
விந்து நாத மில்லா விட்டால் வாசி யுண்டோ
நலமாங் கேள் சித்தி யில்லா சித்தது முண்டோ
தன் சிவனில்லா விட்டால் தேவ குண்டோ.

பொருள் : புலத்தியனே, பத்தெழுத்தும் தச தீட்சை யாச்சு. அதில் ஓங்காரம் ஒரு தீட்சையாச்சு. ஆக தீட்சை பதிஞென்று. வித்தில்லாமல் எப்படி மரம் கிடையாதோ அதைப் போன்று விந்து நாத மில்லாமல் யோகமில்லை. சித்தியில்லா சித்தனில்லை. சிவன் இல்லாவிடில் தேவரில்லை.

157. உண்டோதான் கருத்தில்லாறு கண்டு கொள்ளு
உத்தமனே கதிர் மதியும் பிறகு தானும்
நன்ருக ஏவலது செய்ய லாச்சு
நாட்டுகிறேன் அப்பு உப்பு வெடி யுப்பாகும்
கண்டு மிதை யறிந்தோர் செய்வார் செய்வார்
காணப்பா இப்பொருள் தான் உனக்குச் சொன்னேன்
இன்னூல் போல் ஒரு நூலும் சொல்லா தப்பா
இயற்றுகிறேன் மதி தன்னைக் கொண்டு தானும்.

பொருள் : அப்பு உப்பு சேர்ந்ததுதான் வெடியுப்பு. இந்த சூட்சமத்தை அறிந்தவன் எல்லாம் செய்ய வல்லவன்.

158. கொண்டுமே தேகமது சுத்தி செய்வாய்
கூறுகிறேன் வரும் வழலை யப்போ தன்று
உண்டப்பா வினையிருந்தால் இந்தக் கூட்டை
உறுதியுடன் அபான நீர் கொண்டு சாடி
நன்ருக யிந்த கர்மம் விட்டைத் தானும்
தான் சித்தி வீடாக ஆண்டு தானும்
தின்றப்பா சாரத்தைக் கொண்டு தேற்று
தினைவுடனே அலை கடலை உண்டால் கேனே.

பொருள் : அலைகடல் என்னும் கடல் நீர்தான் வழலை. அதுவே 'அ' என்னும் பானநீர். இந்த வழலை சுத்தியாயின் சவுக்கார மாகிய உடல் சுத்தி யாகும். இங்கு உடல் என்பது உப்பு.

159. உண்டால் கேள் மல ஜலத்தை போக்கு மப்பா
உண்மையுடன் மல சுத்தி தோன்றுந் தோன்றி
செண்டாம் உலையின் வாய் மெழுகு போலே
தேகமது இருக்கு மப்பா அக்காலத்தில்
குளகு மலமன மதுவும் ஒருமித்தால் கேள்
கூறுகிறேன் ஜடசுத்தி யாகு மாகும்
தெண்டமா யிருக்காமல் மலக் கூட்டைத்தான்
திருப்தியாய் தந்தை யவன் காட்டி ஞனே.

பொருள் : வெடி கடல் நீர் என்ற அமுரியை உண்டால் மலஜல மில்லாது தேகம் சுத்த தேகமாகும். மனமதுவும் சுத்தியாகி ஜடமதுவும் சுத்தியாச்சு.

160. ஆனதால் நானுனக்கு சொல்லுகின்ற
அன்பான பிரமாதி கற்பம் உண்டு
சேரணையா வஜ்ஜிர விட்டுக் கப்பா
சொல்லுகிறேன் அதையுண்டு மலத்தைப் போக்கி
வினைக சுக டெல்லாம் முழுதும் நீக்கி
விளம்புகிறேன் தேக சுத்தி சுகமாய்ச் செய்து
கொளென்ற சுக துக்கம் துலைந்து தானும்
கூறுகிறேன் அந்த ஒரு ஆண்டு சென்று.

பொருள்: பிரம்மாதி கற்பம் கொண்டு இக் கூட்டிலுள்ள மலங்களையெல்லாம் போக்கு. சுகடெல்லாம் ஒழித்துக்கட்டு. சுக துக்கம் என்ற இரு வினைகளும் அற்றுப் போகும்.

மாலையில் உண்ணும் புளி செய்முறை அளவு

161. சென்றுமே யிரண்டான ஆண்டில் தானும்
செப்புகிறேன் ஐந்தான மாதந் தன்னில்
நன்றான காலைதனில் வரும் காரத்தில்
நவிலுகிறேன் பானம் விட்டு ரவியில் வைத்து
பண்டான மெழுகு போலான புளியை
பாரப்பா மாலைதனில் சொல்லக் கேளு
நன்றான புன்னைக் காயளவு கொள்ளு
நன்றாக தினம் சுண்டக்காய் தான் கொள்ளே.

பொருள்: புளி யின்ன தென்பதை இங்கு விளக்கப்பட்டுள்ளது. காரமென்ற விந்துவல் நாதமென்ற நீரை சேர்த்து ரவியில் வைத்தால் மெழுகு. இம் மெழுகை புன்னைக்கா யளவு மாலையில் உண்ண வேண்டும். பிரதி தினமும் காலையில் சுண்டக்காயளவு கொள்.

தாம்பூரக் களிம்பு அறுதல்

162. கொண்டான மூன்றான ஆண்டில் கேளு
கூறுகிறேன் புளி விந்து சேர்ந்து தானும்
நன்றாக முடிக்கும் விதம் சொல்லக் கேளு
நற் செம்மை யுருக்கியே மூன்று மாண்டில்
அண்டர் பிரான் தயவினால் வரும் பானத்தில்
அப்பனே உருக்கி சாய்த்திட்டால் கேள்
உண்டை போல் மணியாகும் அதைத்தான் பின்னும்
உருக்கி நன்றாய் தான் பார்க்க ஊர லற்றே.

பொருள்: உப்பு புளியையும் சேர்த்து அதில் தாம்பூரத்தை உருக்கி சாய்க்க மணிபோல் கட்டிப்போகும். அதை எடுத்து உருக்க ஊறலற்றுப் போகும்.

நாக வங்கம் முதலிய உலோகங்கள் மணி

163. ஊரலற்று இருக்குமப்பா இன்னுங் கேளு
உறுதியுடன் நாக வங்கம் எல்லாம் அப்பா
பார்த்துமே பானத்தில் உருக்கிச் சாய்க்க ,
பகருகிறேன் குவடு மணிபோலே யாகும்
காரத்தைச் சேர்த்துக் கொண்டு வருநாள் தன்னில்
கருணையுடன் உலையதனில் அத்தைக் காச்சி
வீரமுள்ள சாரத்தில் தோய்த்துத் தானும்
விருப்பமுடன் மூசைதனில் வைத்து மூடே.

பொருள்: நாகவங்கத்தை உருக்கி மேற்படி பானத்தில் தனித்தனியே சாய்க்க மணிபோல் கட்டும். கட்டிய மணியைக் ,காய்ச்சி சாரத்தில் தோய்த் தெடுத்து மூசையில் வைத்து மூடு.

நாக வங்க வேதை

164. மூடியே சீலை மண் செய்து தானும்
முக்கியமாய் உலையில் வைத்து ஊதினுக்கால்
ஆடியே உருகி நன்றாய் செம்பே யாகும்
அப்பனே வாங்க நாக மதுவும் செம்பாம்
நாடிநீ பணவிடை தான் வகைக்கு தூக்கி
கன குகையில் இட்டுமே உருக்கினுக்கால்
கூடியே உருகி நன்று யிருக்கும் பாரு
குங்குமப்பூ வர்ணமதுக்கு அதிகம்தானே.

பொருள்: மூடிய மூசையை சீலை மண் செய்து உலையில் வைத்து கனமாக ஊதினால் செம்பாகும். கட்டியநாகம் வங்கத்தில் பணவிடை தனித்தனி யெடுத்து சேர்த்து உருக்கினால் குங்குமப்பூ வர்ணமாகும். குருவாகும்.

நாக வங்க குரு வேதை

165. அதிகமாங் குரு வதனை நவ லோகத்தில்
அன்பனே யீய்ந்தால் வேதை யாகும்
சதி மோச மில்லாமல் வெளியாய்ச் சொன்னேன்
சாற்றுகிறேன் இனி முப்பூ இலக்கணங்கள்
ஆதி விந்தால் காரமது வெளியாய்ப் போகும்
அக்கார சாரத்தால் தேகம் சித்தி
விதமுடனே சாரத்தைக் கொண்டு தானும்
விருப்பமுடன் சரமாறி யேற்றில் தானே.

பொருள்: மேற்படி குருவை நவலோகத்தில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்கத் தங்கமாகும். இனி முப்பூ இலக்கணத்தைப் பற்றி சொல்லுகிறேன். கார சாரத்தாலே தேகம் சித்தி.

166. ஏற்றினால் தச தீக்ஷை முடியும் பாரு
ஏகாந்த நாத விந்து தன்னைத் தானும்
போற்றிய தோர் வாலை பெண் ரூப மாகும்
புகலுகிறேன் எனது குரு எனக்குத் தானும்
சாற்றினதால் புலத்தியனே விந்து நாதம்
சார்புடனே விளம்பினேன் உனக்கு அப்பா
தேற்றிய தோர் பூநீ ரே நாத மாகும்.
தெகுட்டாத வீரம் வெள்ளைக் கல்லுப்புத் தானும்.

பொருள் : நாதவிந்தைச் சேர்த்தால் தச தீட்சை யாகும். நாதம் பூநீராகும். வெள்ளைக்கல் (வீரம், கல்லுப்பு) என்பது விந்தாகும்.

167. வெள்ளைக் கல்லுப் பதுவே விந்து வாகும்
விளம்புகிறேன் கார சார மிரண்டி னாலே
கொள்ளையாய் சொரூப சித்தி பெறவே யாகும்
கூறுகிறேன் அமுரியே அப்பு வாகும்
சன்னை யில்லா அப்பதுவே உப்பு வாகும்
சாற்றுகிறேன் உப்பதுவும் சிவமது வாகும்
நல் புளியே நாதமாம் நாதம் சித்தி
நாடினேன் இதுகளையும் உன்னுக் குள்ளே.

பொருள் : இவ்விரண்டும் சேரில் சொரூப சித்தி யுண்டாம். அமுரியென்பது அப்பாகும். அந்த அப்பே உப்பாகும். மேற்படி உப்புக்கு நாமம் சிவம். உப்பும் புளியுமென்னுமிடத்து அப்பு உப்பாகவும் நாத மென்ற பூநீர் புளியாகு மென்க.

168. உள்ளுக்குள் அறிந்து கற்பம் முடித்திட்டாக்கால்
முப்பு சுண்ணம் முடியுமாம் அப்பால் கேளு
சற்சிவத்தில் சத்தியது இருக்கும் பாரு
காட்டுகிறேன் சத்திதனில் நில மிருக்கும்
பண்ணுகிறேன் நாதமாங் கனகம் தானும்
பாரப்பா உனக்குள்ளே இருக்கு தப்பா
சண்டனையும் ஜெயிப்பதற்கு சாரமாண்டு
சரமாறி யேற்றியே சொல்லக் கேளு.

பொருள் : இதை நீ நன்றாக உணர்ந்து கொண்டாயாகில் முப்புச் சுண்ணம் முடியும். சிவத்தில் சத்தி உண்டாகிறது. சத்தியில் பிருதிவி உண்டு. நாதமில்லாவிடில் கனகமென்ற தங்கம் உண்டாகாது.

169. சொல்லக்கேள் சாரமென்ற சத்திதன்னை
சுகமுடனே கைவசமே யாக்கினாக் கால்
அல்லலாம் இரு வினையு மற்றுத் தானும்
அடியோடே நாசமாய்ப் போகும் பாரு

நல்லாய் கேள் காரமது வந்தவாறு
நற்சித்தம் நூலந்தம் சொல்லும் சொல்லும்
விள்ளுகிறேன் இதை யறிந்த மகான்கள் தானும்
விள்ளுகிறேன் மாயவே மாட்டார் தானே.

பொருள் : இந்த கார சாரங்களையே நூல்கள் மறைமுகமாய் பல பெயர்களில் சொல்லியுள்ளன. அவைகளே நூலின் அந்தம். இதை அறிந்த மகான்கள் சாகமாட்டார்கள்.

170. மாயாமல் இருந்தாலோ நன்றாய்ப் பாரு
மகிமையுள்ள புலத்தியனே சுக்கிலத்தை
மாயாமல் உடலுக்குள் இருத்தாமல் தான்
மாய்கின்றார் உலகத்தோர் வீணாய் தானே
மாயாமல் இருக்கவென்றால் இருப்பதுண்டு
மகிமைதனை தெளிந்து நீ கொள்வா யப்பா
பாயவே உண்ட நீர் உன்னுக்குள்ளே
பாய்ந்திட்டால் சண்டனில்லை சாக்காடில்லை.

பொருள் : சாகாமல் இருந்தாலன்றோ முக்தி யடையலாம். மனிதனாய்ப் பிறந்து இறந்து விட்டாலென்ன பயன்? சுக்கிலத்தை வீணாக்கி உயிரையும் வீணாக்குகிறார்கள் மனிதர்கள். உண்ட அமுரி உன்னுள்ளே சேர்ந்தாக்கால் எமன் எங்குள்ளான்?

171. இல்லையப்பா அரனுடைய தெரிசனந்தான்
இன்பமுடன் கண்டோர்க்கு கவியிராது
நல்லாகத் தான் சொன்ன பொருளைத் தானும்
நானிலத்தில் பெரியோர்கள் அறிவா ரப்பா
சொல்லக்கேள் சகல சித்தர் சொல்லி வைத்த
சுகமான பரி பாஷை ஆய்ந்து தானும்
அல்லலற ரகசியத்தை வெளியில் விட்டேன்
அப்பனே தத்துவங்கள் தொண்ணூற்றாறே.

பொருள் : நான் சொன்ன பொருளைப் பெரியோர்கள் அறிந்து கொள்வர். சித்தர்கள் சொல்லும் பரிபாஷையை ஆராய்ந்து ரகசியத்தை வெளியில் விட்டேன்.

172. தொண்ணூற்றாறு தத்துவமும் சுடாவிட்டாலோ
சொற் பெரிய ஞானமதை அறியாமற்றான்
திண்மையாய் பிறப்புகளும் ஒழியா வண்ணம்
தேகமது மாய்கைதனில் அழிந்து போகும்
உண்மையாய் ஞான மென்பது தானப்பா
உறுதியுடன் பாவத்தால் உதிக்கும் பாரு
நன்சித்தர் மறைத்து வைத்த மார்க்கம் மார்க்கம்
நானிலத்தோர் அறியார்கள் ஆதலாலே.

பொருள் : இந்த இருள் தேகத்தில் மும்மலங்களும் 96-தத்துவங்களும் போசுக்கப் பட்டாலொழிய இவ்வுடல் மாய்கையால் அழிந்துபோகும். பிறகு ஞானமென்பது ஏது?

173. ஆகலால் பாவமென்று எண்ணி யானும்
அப்பனே புலத்தியனே வெளியில் விட்டேன்
சாதகத்தால் சத்திதனை போற்றி செய்து
தச தீக்ஷை தன்னாலே காயசித்தி
விதமுடன் பெறவேணும் பெற்றால் கேளு
விளம்புகிறேன் ஆதியும் பரந்தனக்குத் தானும்
ஆதியிலே சித்தர்கள் தான் வைத்த பேரை
அப்பனே பரிந்து நன்றாய்ச் சொல்லக் கேளு.

பொருள் : நானிலத்தோர் அறியார்களாதலால் நான் பொருளைச் சொன்னேன். சித்தர்கள் அதற்கு ஆதி உப்பு என்ற பெயரிட்டனர்.

174. சொல்லக் கேள் அண்டக்கல் என்றுதானும்
சுகமான ஆனைக்கல் என்றுதானும்
உல்லாச சல்லி வேரென்று தானும்
உத்தமனே கொல்லி வேரென்று தானும்
விள்ளுவேன் விடக்கல்லு என்று தானும்
விருப்பமாய் குருக்கல்லு என்று தானும்
நல்லாய்க் கேள் கடல் நுரையாம் என்று தானும்
நாட்டுகின்றேன் கடலுப்பு என்றுதானே.

175. என்றுமே பூநீற்று உப்பு வென்றும்
ஏகாந்த கந்தமல மென்று தானும்
முன்னாளில் ஆதியந்தம் தனக்குத் தானும்
உறுதியுடன் இவ்வளவு பேருமிட்டார்
இன்னுமப்பா அநேகவித நாமமுண்டு
இதுவெல்லாம் ஆதியந்த காரத்துக்கு
நன்றாக பலபேர்கள் இதனைத் தானும்
நாட்டிவைத்தார் கருவதனை நாட்டிப்பாரே.

பொருள் : (174-175) ஆனால் சித்தர்கள் அதோடு நில்லாமல் முப்புவிற்கு பல பெயர்களை மேற்கண்டபடி கொடுத்தனர்.

காயாபுரி பட்டணம்

176. பாரப்பா இனமறிந்தால் பெறலாம் பேறு
பதி காயாபுரி யென்ற பட்டினத்தில்
வீரமுடன் இருக்கின்ற கன்னி வாலை
விருப்பமுடன் மதியமுர்தம் தந்தாளாகில்

தீரப்பா யிவ்விதம் மருந்தென்றுந் தான்
தீர்க்கமுடன் அறிந்து கொள்ளு புலத்தியனே ஐயா
சார்பத்து ஓராண்டு சென்றாலப்பா
சாற்றுகிறேன் சஞ்சீவி யாகுந் தானே.

பொருள் : காயாபுரி பட்டணமென்ற இடத்தில் அக் கன்னிப் பெண் என்பவள் வாசம் செய்கிறாள். அவள் மதியமிர்தத்தைத் தந்தால் வேறு மருந்தொன்றும் வேண்டாம். அப் பட்டினம் எங்குள்ளதென்று தெரிந்து கொண்டால் அந்த சஞ்சீவியை எடுத்துக் கொள்ளலாம். (காயாபுரி பட்டினம் என்பது பரிபாஷை. அது ஓர் ஊர் அல்ல).

177 ஆகவே அமுரி மாறி மாறித் தானும்
அப்பனே நித்தியமும் வாசி யூது
தாகமுடன் ஒரு நாளு மாகிலுந் தான்
தவறாமல் தேகமது சுத்தியாக
பாகமுடன் வரவரவே மாறுந்தேகம்
பாரப்பா சூரியன் தன் ஒளிபோல் வீசும்
சோகமின்றி வருஷ மொன்று மதிதான் மாற
சொல்லுகிறேன் பின் வேதை யாகுமப்பா.

பொருள் : அமுரியை ஒரு நாள் விடாமல் சாதிக்க உடல் சூரியனைப்போல் பிரகாசிக்கும்.

178. அப்பனே கேள் புருஷனுடன் பெண்தான் கூடில்
அறைகிறேன் விந்ததுவும் தரித்துத்தானும்
ஒப்பாக பிள்ளையது ஜெனிக்குமாப் போல்
உற்றதொரு காரசார நாத விந்தால்
தப்பிதங்கள் இல்லாமல் ஜடந்தான் மாறி
சாற்றுகிறேன் புதிதாக பிள்ளை தானும்
அப்பா கேள் பானுபோல் ஜெனிக்கும் சொன்னேன்
அரிதான காயகற்ப மாகும் பாரே.

பொருள் : ஆண் பெண் கூடி விந்து தரித்து பிள்ளை ஜெனிப்பது போல் காரசாரமென்ற நாதவிந்துக்கள் சேரும் போது ஜடமாக இருந்த பொருளில் உயிருண்டாகி காயகற்பம் விளையும் என்பதைச் சொன்னேன்.

179. பாரப்பா வெகுபாடு அமுர்தத்தாட்டம்
பார்தனிலே கற்ப முண்ண சிலது பேர்கள்
கூடியே வாதமது செய்வதற்கு
கூறுகிறேன் வித்ததுவு மில்லாமற்றான்

நாடியே காரசார குருதான் தேடி
நாட்டமுடன் அலைந்தலைந்து அனித்யந் தன்னில்
காடப்பா சுடுகாடு போய்ச் சேர்ந்தார்கள்
காட்டுகிறேன் கார சாரம் இரண்டினாலே.

பொருள் : பார்தனிலே வாதிகள் சேர்ந்து ரசவாதம் செய்வதற்கு கார சார குருவைத் தேடி அலைந்து அலைந்து முடிவில் சுடுகாடு போய்ச் சேருவார்கள்.

180. இரண்டினால் தன்னைத் தானறிய லாகும்
இன்பமுடன் சித்ததுவும் ஆடலாகும்
திறமுடனே நாலாண்டு கடந்த பின்பு
தீர்க்கமுடன் தான் ஜனித்தால் நோய்கள் தானும்
சரசமுடன் புலத்தியனே யிதற்கு முன்னே
சாற்றினதோர் அண்டச் சுண்ணம் தன்னைக் கொள்ளு
அறிவித்த அமுர்தம் உண்டால் ஜெய்க்கலாகும்'
அப்பனே பதினெண்பேர் சித்தர் தானே.

பொருள் : நான்காண்டுகள் கற்பம் சாதிக்க எல்லா நோய்களும் அகலும். அதன்பின் அண்ட சுண்ணத்தைச் சாப்பிடவும்.

181. பதினெண்பேர் ஒளித்து வைத்த பொருளை யெல்லாம்
பாரப்பா இந்நூலில் வெளியாய்ச் சொன்னேன்
சதிமோச மன்றி பரனருளால் அன்றோ
சாற்றுகிறேன் தசதீக்ஷை முடிய வேண்டும்
மதியினால் இறப்பு பிறப்பு மாற்றுதற்கு
மகிழ்ச்சி கொண்டு இக்கற்பம் சொன்னே னப்பா
பதம் பெறலாம் சாதித்தா லென்றுதானே
பகர்ந்தாலோ எனது குரு யெந்தனக்கு.

பொருள் : பிறப்பு இறப்பை ஒழிப்பதற்கு இச் கற்பம் சொன்னேன்.

182. அடியேனுக்கு எனது குரு சொன்னதைப் போல்
அப்பனே புலத்தியனே உனக்குச் சொன்னேன்
துடியினிமேல் கற்பமுண்டால் துன்பப் போக்கை
சொல்லுகிறேன் முதலாண்டில் அப்பா கேளு
சடுதியாய் முதல் மாதம் முதற்கொண்டுந் தான்
சாற்றுகிறேன் மூன்று திங்கள் வரைக்குந் தானும்
கெடுதியாய் வருகின்ற நோய்கள் அப்பா
கேளு நீ கால் அசரும் வகையைக் கேளு.

பொருள் : முதல் மாதம் முதல் மூன்று தினங்களுக்குள் கால்

183. கை யெரியும் கண்கூசும் வாயுங் கூசும்
கண்டமது பச்சைப்புண் நீதங் காணும்
பொய்யெல்லாங் கவிந்தாலும் தீண்டினால் போல்
மேலிருக்கும் அசதிகளும் தீபனந்தான்
அப்பனே புலத்தியனே அமுதங் காணும்
அறைகுவேன் நாலு திங்கள் முதல்தான் கொண்டு
பையவே ஐந்து திங்கள் வரைக்குந் தானும்
பாரப்பா வருகும் நோய் சொல்லக் கேளு.

பொருள் : கை எரியும், கண் கூசும், வாயும் கூசும், தொண்டை பச்சைப் புண்ணாகிவிடும். அசதி, தீபனம் மிகுதியாகும். நாலு திங்கள்முதல் ஐந்து திங்களுள் மேற்படி நோய்கள் வருகும்.

184. சொல்லக்கேள் மயக்கம் வரும் பேதி காணும்
சொற்பெரிய மன மதுவும் தாளா தப்பா
அல்லலற்று மனந்தானும் தாளவேணும்
அப்பனே நீ யிந்தக் கற்பங் கொண்டு
ஓங்காலம் இவ்வளவும் அவஸ்தை யென்று
தெரிந்து கொள்வாய் உள்ளிருந்த நோய்க ளெல்லாம்
உல்லாச மாகவே வெளி சுபாவங் காணும்
உத்தமனே உடம்பெல்லாம் புண்ணாய்ப் போமே.

பொருள் : மயக்கம் வரும். பேதி காணும். மனம் தாளாது. இந்நோய்களெல்லாம் உள்ளிருந்து வெளி வருபவைகளாகும். உடல் முழுதும் புண்ணாய்ப் போகும். தொட்டாலும் வலிக்கும்.

185. புண்ணாக வெந்துமே நீறுமப்பா.
புகமான வெள்ளிலை போல் மேனியெல்லாம்
நன்றாக கடுத்துமே காணும் பாரு
நலமான இந்திரியம் உடைந்து தானும்
தண்ணீராய் போய் விடும் புலத்தியா கேள்
சாற்றுகிறேன் கள்ளிப்பால் சுட்ட புண்போல்
திண்மையாய் நாபியது வெந்துபோகும்
தீர்க்கமுடன் அமுரி கொண்டால் அப்போ தானும்.

பொரு : உடல் புண்ணாகி இலைபோல் வாடும். கடுக்கும். இந்திரியம் உடைந்து தண்ணீராகும். கள்ளிப்பாலால் சுட்ட புண் போல் நாபிவெந்து போகும். இதெல்லாம் அமுரிகொள்வதாம் என்றறியவும்.

186. அப்போது குமட்டுமப்பா கொள்ளொட்டாது
அப்பனே துள்ளி விழுந்தாடுந் தேகம்
ஒப்பிதமாய் கையெரியு மப்பா தேகம்
உண்மையுடன் சொல்லுகிறேன் சுருக்கென்றுந்தான்

அப்போது நீர் கடுப்பு தோணும் பாரு
அதுவுமன்றி தேகமெல்லாம் கருப்புத் தோணும்
தம்பிதமாய் நீர் தாரையுடனே புண்ணும்
சாற்றுகிறேன் கலகலென நரம்பெல்லாந் தானே.

பொருள் : கையெரியும். நீர்கடுப்புத் தோணும். தேகமெல்லாம் கருப்புத் தோணும். நீர்த்தாரை புண்ணாகும். நரம்பெல்லாம் தளர்ந்து போகும்.

187. எல்லாந்தான் தளர்ந்துமே காணு மப்பா
அந்த அஞ்சு திங்களிலே படும்பாடு தன்னை
அல்லாந்தான் என்ன விதமென்று தானும்
அப்பனே புலத்தியனே உனக்கு உரைப்பேன்
பொல்லா இடிபோலே இடிகள் தானும்
புதுமையாய் இடியது போல் இருக்கும் பாரு
எல்லைதனில் அனேக மன்னர் கூடிதானும்
இன்பமுடன் மல்யுத்தம் செய்வதைப் போல்.

பொருள் : எல்லாமே தளர்ந்து காணும். மல்யுத்தம் செய்தல் போலும், உடலில் இடி இடித்தல் போலும் இருக்கும்.

188. போலவே தேக மப்பா இருக்கும் பாரு
புகலுகிறேன் தன்னுடம்பு தன்னுதல்ல
ஆலவிஷம் போல் விந்து தண்ணீர் போலே
அப்பனே புலத்தியனே வருகும் பாரு
கோலமாய் படும்பாடு மெத்த வப்பா
கூறுகிறேன் அமுரி யுண்டால் தெரியும் பாரு
சீலமாய் உடலுக்குள் தொண்ணூத் தறுவர்
சீறி அந்த காலத்தில் யுத்தம் செய்வார்.

பொருள் : 96-தத்துவங்களும் உடலில் மல்யுத்தம் செய்யும் தன்னுடம்பு தன்னதல்ல வென்று தோன்றும்.

189. யுத்தமது செய்வார்கள் சித்ர வதையாம்
உத்தமனே இதை நீயும் அறிந்த பின்பு
புத்தியுடன் இருவப்பா பெண்களோடு
புகலுகிறேன் சேராதே கண்டால் கூட
சித்திபெற பேசாதே சொல்லி விட்டேன்
சிறுவனே பேசியது தாளா தப்பா
இத்தனை நாள் நரம்பு எலும்பு நாடி தன்னில்
இருந்ததொரு மச்சைகளும் ஏகிப் போகும்

பொருள் : 96—தத்துவங்களும் உடலுக்குள் யுத்தம் செய்யும். ஆனால் பெண்களுடன் சல்லாபம் செய்யாதே. அதிஜாக்கிரதையாய் இரு. பேதி அளவு கடந்து ஆகும். நரம்பெலும்புகளில் இருக்கும் துர் நீரெல்லாம் கழிந்து போகும்.

190. போகுமப்பா அஸ்திகளும் தளர்ந்து தானும்
புகழாக கட்டு விட்டுவிடும் பாரு
ஆகுமப்பா சடலமது துரும்பாய்த் தானும்
அப்பனே சொல்லதுவும் துணைத்தானும்
பாகுபெற எரித்தது போல் காணும் காணும்
பாரப்பா அநேக வினை அக்காலத்தில்
தேகமதில் வருகும் பார் அப்போ நீயும்
தெரிவையர்கள் மயல் தனிலே சிக்கிடாதே.

பொருள் : உடல் துரும்பாய்ப் போகும். அனல் வேகம் தாங்க முடியாது. இன்னும் அநேக வினைகள் தாக்கும். மற்றும் சொல்கிறேன். பெண்களின் காற்றுகூட உன்மேல் படக்கூடாது

191. சிக்காமல் இருப்பதற்கு இரண்டா மாண்டில்
சிறப்புடனே மாலைதனில் கொள்வதற்கு
சக்கரையாம் புளியதுவும் சந்தியில் தானும்
சாற்றுகிறேன் கிடக்கது பார் இதுகள் தன்னை
அக்கரையாய் முன்னமே சொல்லி விட்டேன்
அக்காமார் தான் துணைகள் இருந்தாலுந் தான்
பக்குவமாய் வரும் வினையை தீர்ப்பாரோ சொல்
பகருகிறேன் நாதப் பால் உண்மையின் பாதம்.

பொருள் : மாலையில் புளியை உண்ண வேண்டு மென்று இதுவரையில் சொன்னோம். எத்தனை உறவுகள் இருப்பினும் உனக்கு வரும் வினைகளை விலக்கமுடியுமோ? முடியாது.

192. உண்மையுடன் பாதமது தொழுது நின்று
உத்தமனே பின்னாலுந் திங்கள் தன்னில்
அமையுமே யிருக்கும் நோய் சொல்லக் கேளு
அசதிகளும் உறக்க மொடு மயக்கத் தோடு
தமதான தேக மெல்லாம் அனலேயாக
சாற்றுகிறேன் இருக்கும் பார் உடல் கூசும்
சுமையான தொண்ணூத்தாறு கருவி தானும்
சுகமான உடலை வெவ்வேறு கூர்தான் செய்யும்.

பொருள் : மயக்கம், உறக்கம் அதிகமாகும். உடல் கூசும்.

193. செய்துமே வேதனை கொடுத்துத் தானும்
ஜெகந்தனிலே விகாரமாய் வைக்கும் பாரு
அய்துமே அதிக பசி கோபத் தோடு
அப்பனே அனல் வேகம் மெத்த காணும்
கொய்த இந்த கற்பத்தை யறிந்து தானும்
கூறுகிறேன் முறை யிதுவும் தவறுமற்றுன்
நய்துமே கொண்டாக்கால் நான் சொல் வண்ணம்
நாணிலத்தில் தேகமிந்த கூறுய் காணும்.

பொருள் : அதிக பசி கோபம் உண்டாகும். ஏழாம் எட்டாம் திங்களில் பிணிகள் வெளியாகும்.

194. காணும் ஏழுதிங்கள் தனிலே கேளு
கருத்துகந்து யிது செல்ல மயக்கந் தானும்
பூணவே வருகும் பார் புலத்தியனே அய்யா
புகழான இப்பிரம்ம கற்பப் பேரு
ஊணவே யறிந்தோர்கள் மகான்க ளப்பா
உறுதியுடன் எட்டான திங்கள் தன்னில்
காணுமப்பா கொட்டாவி விட்டால் ஊரே போகும்
கருத்துகந்து பட்டாலோ தெரியும் பாரு.

பொருள் : ஏழாம் திங்களில் மயக்கம் காணும். ஊர் கேட்கும் அளவில் கொட்டாவி வரும்.

195. தெரியும் பார் பாடுபட்டால் சொரூபம் சித்தி
தெரிந்ததுமே வருகுமப்போ விந்து விட்டால்
குறியும்பார் வந்தவுடனே வினை மீளாது
கூறுகிறேன் தேகமுமே அழிந்து போகும்
பரிந்து பார் இதன் பெருமை தெரியாமற்றுன்
பாரப்பா இப்படியே கெட்டுப் போனார்
சரியாக ஒன்பாந் திங்கள் தன்னில்
சாற்றுகிறேன் பின்னுந்தான் உபாயமாக.

பொருள் : பாடுபட்டால் சொரூப சித்தி கிட்டும். ஆனால் விந்து வெளியே விட்டால் வினைகள் அறுது. இது தெரியாமல் கற்பம் சாப்பிட்டவர்கள்கூட அழிந்து போனார்கள்.

196. உபாயமதாய் தேறவே வேணு மப்பா
உறுதியுடன் இப்படியே தேறினக்கால்
அபாயமதாய் வினையதுவும் போகு மப்பா
அப்பனே யோகத்தின் செயல்தான் காணும்

சபாசப்பா என்போலே உடல் விளங்கும்
சாற்றுகிறேன் மாயத்தில் நீ சிக்காதே
உபாயமதாய் இவ்வண்ணம் ஐம் பூதந்தான்
உத்தமனே அறிந்தவர்கள் மாளார் கேளே

பொருள் : உபாயமாய் தேறவேண்டும். சாக்கிரதையாய் இருந்தால் என்னைப்போல் உன் உடலும் விளங்கும்.

197. கேளப்பா பத்தான திங்கள் தன்னில்
கேண்மையுடன் படும்பாடு மெத்த உண்டு
வாளப்பா இக்கற்பங் கொண்டால் கேளு
வாழலாம் யுகாந்தம் வரை காலனில்லை
தேறப்பா சொல்லுகிறேன் மெத்தப் பாடு
தெருட்டுகின்ற வேதனைகள் வெகுசரம் பாரு
கேளப்பா சடலமது கொஞ்சம் கூட
கூறுகிறேன் வேதனைகள் பொறுக்கா தப்பா.

பொருள் : பத்தாம் திங்களுக்குள் இவ்வுடம்பு வெகுபாடு படும். ஆனால் இக்கற்பம் கொண்டால் யுகாந்த காலம்வரை எமன் உன் பக்கம் வரமாட்டான்.

உறவின் முறை சுற்றத்தார் கூடாதென்பது

198. பொறுக்காமல் இருக்கு தென்று விட்டிடாதே
புலத்தியனே சாகாமல் இருப்பதைப் பார்
உறவின் முறை சுற்றத்தார் துணை கூடாது
உத்தமனே இக்கற்பங் கொள்ளும் போது
சரசமுடன் இதுக்கன்றோ மருந்து தானும்
சாற்றுகிறேன் எங்கெங்கும் யில்லை யப்பா
உறமுடனே தேகமது வலுத்துப் போகும்
உத்தமனே முன் ஜென்ம பாதகம் தானே.

பொருள் : உடல் பொறுக்கவில்லையே என்று இக்கற்பத்தை விட்டுவிடாதே. புலத்தியனே! உன்னுடைய குறிக்கோள் சாகாமல் இருப்பதேயாகும். உறவின் முறை சுற்றத்தாரை இக்கற்பம் கொள்ளும்போது நெருங்க விடாதே. கற்பத்தால் வரும் பிணிகளுக்கு இவ்வையகத்தில் மருந்து கிடையாது.

199. பாதகம் இருந்தாலும் பறந்து போகும்
பாரப்பா பத்து திங்கள் சென்று தானும்
விதமுடன் அவனிதனில் பாலன் தானும்
விருப்பமுடன் பிறப்பதுபோல் கற்பத்தாலே

சாதகத்தால் நச இங்கள் போன பின்பு
சாற்றுகிறேன் புதிதாக பாலன் தானும்
வாதையுடன் யிறந்தெழுவான் நித்தந்தானும்
அருளுடனே பொருளைத்தான் போற்று போற்று.

பொருள் : என்ன பாதகம் வந்தாலும் அது பறந்துபோகும் உடல் அழியாது நிற்கும். பத்து திங்கள் போனபிறகு மறு பிறப்பு எடுத்தது போலிருக்கும். இதுவே மாற்றிப் பிறப்பது. பாலன் இறந்தெழுவான்.

200. போற்றினால் மதி ரவியும் இரண்டுங் கூட்டி
பூரணமாய் ஆண்டினிலே வசமதாகும்.
பார்த்திபனே இனி காய சித்தி சொல்வேன்
பத்து திங்கள் பூரணமாய் முடிந்தால் கேளு
சாற்றுகிறேன் காயமது வலுத்துப் போகும்
சார்புடனே மாய்கையது மறைந்து போகும்
தேற்றுகிறேன் சகலமும் ஒழிந்து போகும்
சிவனென்றும் இவனென்றும் பேதமில்லை.

பொருள் : பத்து திங்கள் முடிந்தபிறகு சிவனென்றும் இவனென்றும் பேதமில்லை. காயம் வலுத்துப்போகும். மதி ரவி என்ற நாத விந்தால் இத்தனையும் நடக்குமென்பதை அறிவாய்.

201. பேதமில்லை புலத்தியனே காலன் மாள்வான்
பெரிய தொரு கோடான கோடி நோயும்
உசிதமுடன் இறந்துபோம் தனக்குள்ளேயே
ஈசனும்மே தன்னையுந்தான் அறிவா ரப்பா
சாதகத்தில் நித்திரையும் பாசம் போகும்
சாற்றுகிறேன் உலகத்தோர் வசிய முண்டாம்
பாதையடா பெரும் பாதை சொன்னேன் நூலில்
பாரப்பா பூசை மந்திர ஜெபங்கள் எல்லாம்.

பொருள் : கோடான கோடி நோயும் மாண்டு போகும். நித்திரையும் ஆசாபாசமும் போகும். உலக மக்கள் வசியம் உண்டு.

வாமப்பால் மதியமுர்தம் அமுரி

202. எல்லாந்தான் சொக்கியுமே போகுமப்பா
இன்பம் வளர் தத்துவங்கள் தொண்ணூறத் தாறும்
நலமாக பிரிந்துமே போகு மப்பா
நவில்கின்றேன் அமுரியது தேனே யாகும்
அகத்தினால் கழியறிவுங் காணு மப்பா
அறிவான சிவகெங்கை அறிவாய் கண்டால்
விள்ளுகிறேன் வாமப்பால் கொண்டதாலே

பொருள் : காமப்பால் என்னும் அமுரியினால் எல்லாவித மாறுதல்களும் உடலில் உண்டாகுமென்க.

203. ஆமப்பா மூலத்தின் உள்ளே தானும்
அப்பனே முப்பாழும் இழந்து போகும்
போகுமப்பா முன்னம் அன்னம் அமுர்தந் தானும்
பிரிந்தாலோ ஒரு யானை பலவானுவார் பாரு
ஆகுமப்பா ஓராண்டுக் குள்ளே தானும்
அன்பனே உடலதுவும் வேர் கூறுதும்
சாகுதலும் போகு மப்பா பிரணவத்துள்
சாற்றுகின்றேன் ஜீவனது உறவே யாகும்.

பொருள் : ஒரு வருடத்திற் குள்ளேயே இவ்வுடலுள் சிவன் உறவாகிவிடும். மும்மலமும் அற்றுப் போகும். உடற்கூறுகள் மாறிவிடும்.

204. உறவாகும் வாசி நிராமயமே யாகும்
உத்தமனே பிராணய வாசி தானும்
திறமுடனே பின்விட்டு யிழுக்காமற்றுன்
தீர்க்கமுடன் மூலத்தில் வாயு பத்தும்
சரசமுடன் கூடியே ஒருமித்துத் தான்
சாற்றுகின்றேன் பாயு மப்பா நாடி தானும்
திருப்தியாய் திரிகாலந் தன்னில் தானும்
திறமுடனே நீ நித்தம் வாசி யூதே.

பொருள் : பொருள் வாசியை பின்னுக்கும் முன்னுக்கும் இழுக்க வேண்டாம் தசவாயும் கூடி ஒருமித்து அடங்கும். நாடி தன்னுடைய நிலையில் ஸ்தம்பித்து நிற்கும்.

205. ஊதியே நின்றுமே சாதித்துப் பார்
உத்தமனே வாசியது நிலைக்கா விட்டால்
சோதனை பார் தேகமது மாண்டு போகும்
சொல்லுகின்றேன் இவ்வாசி யூதி தானும்
தீதகற்றி எத்தேச காலமும் தான்
திறமுடனே அனுக்கிரக நிலையில் நில்லு
சாதிப்பதற்கு நீ சாக்ஷி தானும்
சார்புடனே பரி பாஷை நூலைப் பாரே.

பொருள் : எத்தனை கற்பங்கள் சாப்பிட்டாலும் வாசி நிலைக்காவிட்டால் தேகம் போய்விடும். வாசியின் நிலையை முழுமையும் அறிய பரி பாஷை நூலை ஆராய வேண்டும்.

206. பாரதிலே சொன்னபடி யோகந் தானும்
பக்தியுடன் சாதித்து ஊழி மட்டும்
நேர்த்தியாய் வாழப்பா கட்டும் வாசி
நினைவுடனே ஈராறிலேறும் வண்ணம்
பார்த்துமே நீந்திடவே தெரியுஞ் சோதி
பாரப்பா தாரைதனை ஓயாமற்றான்
நேர்த்தியாய் ஊதிடவே வஜ்ர தேகம்
நீ பாரு ஆகுமப்பா வாசியாலே.

பொருள் : பரிபாஷையில் சொன்னபடி யோகத்தை சாதித்தால், ஊழிகாலம்வரை தேகம் நிலைக்கும். வாசியலயமாகி வஜ்ஜிர தேகமாகும்.

207. வாசியினால் நீயேற ஏறிப் பாரு
வருந்துகின்றேன் நிர்மலத்தின் சொருப மாகும்
ஆசையுடன் நான்கு நான்கு விநாடி கொண்டு
அப்பனே தினந் தினமுமே ஏறிநக்கால்
வீசியே யோக மப்பா வசமு மாகும்
விளம்புகின்றேன் ஒரு தீக்ஷை முடிந்து தானால்
நாசமாய் ஜெகமாய் கை தொலைந்து போகும்
நான் சொன்னேன் உண்மையினை வெளியாய்த் தானே.

பொருள் : ஒரு தீக்ஷை முடிந்தாலே உலக பிரமை அற்றுப் போகும். வாசியும் வசமாகும்.

208. வெளியாகும் கல்மலை மண்செடி பூடெல்லாம்
விளம்புவேன் மேருபோல் தங்கமாகும்
விழி யிரண்டும் பட்ட இடமெல்லாந் தானும்
ஈசனது கைலைபோல் விளங்கு மப்பா
சுளுவாக இரு வினைக்கும் அவிழ்தந் தானும்
சூட்டினேன் இக்கற்பம் நாட்டில் உளார்க்கு
வெளியாக ஞானமது வாய்க்கும் பாரு
விருப்பமுடன் பெரியோர்க்கும் தெய்வ மாவான்.

பொருள் : இக் கற்ப மருந்தால் கல்லும் தங்கமாகும். கண்கள் பட்ட இடம் கைலாயம்போல் விளங்கும். உலகத்தோர்க்கு மனமிறங்கி இக் கற்பத்தைச் சொன்னேன். ஞானம், செல்வம் உண்டாகி பெரியோர் என்று உலகோர் சொல்வர். அவர்களுக்கு தெய்வமாய் விளங்குவான்.

209. ஆவான் பார் வெளி தோன்றும் இப்பேற் கொத்த
அந்தரங்க ரகசியத்தை யினுக் கினுக்காய்
நாமேதான் புலத்தியனே பிரித்துனக்கு
நன்றாகச் சொல்லி விட்டேன் இனிமேல் தானும்

சாவகற்றும் பூரணத்தின் முறையைச் சொல்வேன்
சார்ந்து பார் அரனுடைய கிருபை பெற்றால்
தோன்றும் பார் அன்பத்தோ ரக்ஷரத்தோடு
லிங்கமுடன் சடாக்ஷரமும் தோன்றும் பாரே.

பொருள் : புலத்தியனே, அந்தரங்கத்தை வெளியாய்ச் சொன்னேன். பூரணத்தின் மகிமையினால் சாவு அகற்றும் வழி சொல்கிறேன். இனி லிங்கம், சடாட்சரம் ஐம்பத்தோரட்சரத்தின் உண்மைப் பொருள் விளங்கும்.

210. பாரப்பா உலகத்தில் அனேகர் தாமும்
பகருகிறேன் திரிந்தலைந்து ஒன்று தானும்
நேரப்பா கிடையாமல் உருண்டு போனார்
நிச்சயமாய் நீயப்பா தேசமோடி
கூறுகின்றேன் திரிந்தலையாமற் றானும்
குறிப்புடனே தீக்ஷைகளும் செய்து தானும்
சாரப்பா வாசியினால் தாரை தன்னில்
சாற்றுகின்றேன் நேசித்து இருப்பாய் நீயே.

பொருள். புலத்தியனே! உலகத்தோர் போல் அங்குமிங்கும் அலைந்து திரியாதே. குறிப்புடன் நான் சொல்லும் தீட்சைகளை முடித்துக் கொண்டு முன்னேறு.

211. இருபதுமே யிரண்டாண்டில் காலை தன்னில்
இன்பமுடன் காரமது உண்டா லப்பா
அருந்தவத்தால் மாலைதனில் மதிதான் மாறி
அப்பனே ஈராண்டும் சென்று தானும்
உருவேற சுழிமுனையும் முத்தி யெய்தும்
உண்மையுடன் யீராண்டில் ரேசித்தாலே
அருந் தவத்தால் சத்தி சிவம் ஒருமித்துதான்
அப்பனே உடல்தனிலே நெஞ்சி நேரே.

பொருள் : இரண்டாண்டில் காலையில் காரமென்ற சத்தி தன்னை உண்ணவும், மதியென்னும் வாசி மாறி சுழினையில் சேரும். சத்தியும் சிவமும் சேர்ந்து உடலையும் உயிரையும் ஒன்று சேர்க்கும்.

212. நெஞ்சி நேர் நடு மைய துவாரந் தன்னில்
நேர்மையுட நாடி நின்ற நாதனுந்தான்
கொஞ்சுகின்ற குழந்தை போல் ஆடுவார்பார்
கூறுகின்றேன் கற்பங்கள் கொண்டு தானும்
அஞ்சாமல் வருகின்ற காலை தன்னில்
அய்யனே கப மதுவும் கட்டினக்கால்
நெஞ்சு தனை சுத்தி செய்வாய் சொல்லிவிட்டேன்
நேரத்தில் காரமது வாங்கிடாயே

பொருள் : இப்படி கற்பம் சாதிக்கும் காலத்தில் நெஞ்சில் கபம் கட்டினுல் அக் கபத்தை அகற்று. காரத்தினுல் சுத்தி செய்யவும். நெஞ்சின் நடு மையத் துவாரத்தில் நாதன் குழந்தை போல் ஆடுகிறான். இதைக் கவனி.

கபசுத்தி மூலசுத்தி செய்யும் முறை

213. காரமது வாராமல் போகு மாயின்
கருணையுடன் மூலமதைச் சுத்தி செய்வாய்
தீரமாய் இந்தமுறை புலத்தியனே ஐயா
தீர்க்கமுடன் பூரண சூத்திரத்தில் சொன்னேன்.
வீரமுடன் அவ்வாறு செய்து தானும்
விளம்புகின்றேன் வழலைசுத்தி மூலசுத்தி
குணமுடனே செய்தாலோ நன்றும் பாரே.

பொருள் : காரத்தினுல் கப சுத்தி யாகாவிடில் மூலசுத்தி செய்யவும். இச் சுத்தி முறைகளை பூரண சூத்திரத்தில் சொல்லியுள்ளேன். அதன்படி செய்.

குறிப்பு : அமுரியும் பசு நெய்யும் சேர்த்து பக்குவமாய்க் காய்ச்சிக் கொண்டு காலையில் தொண்டையிலும் அண்ணுக்கிலும் தடவி கபத்தை எடுக்க வேண்டும். அமுரியையும் விளக்கெண்ணையும் சம எடை சேர்த்துக் காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு மூலத்துக்குள் தடவி மலசுத்தி செய்யவேண்டும். இவ்விதமான சுத்தி செய்யவேண்டு மென்று சித்தர்கள் தங்கள் நூல்களில் சொல்கின்றனர்.

214. நன்றினிமேல் ரசக்குளிகை முறையைச் சொல்வேன்.
நாட்டமுடன் ஓராண்டு அமுரி யுண்டு
அண்டருட தயவினுல் பங்கமின்றி
அன்பனே சாதித்தால் இரண்டா மாண்டில்
செண்டு போல் விந்துவுங் குளிகையாக
சேர்ந்ததுமே திரண்டு போம் அன்னுள் கொண்டு
குன்றியே துரும்பான யிந்த தேகம்
கூறுவேன் தாணுகும் இன்னங் கேளு.

பொருள் : இனி ரசகுளிகையைப் பற்றிச் சொல்கிறேன். ஓராண்டு அமுரி உண்டு முடிந்ததும் இரண்டாம் ஆண்டில் சுக்கிலம் குளிகையாகக் கட்டிப்போகும். துரும்பான தேகம் கல்தாணுகும்.

215. இன்னங்கேள் சொல்லுகிறேன் நான்கா மாண்டில்
இன்பமுள்ள கார சார மிரண்டினுலே
[illegible] சாக்கெல்லாம் கட்டும் கட்டும்

கொண்டுமே வருகுமோ புலத்தியா சொல்
கூறுவேன் அமுரி யாண்டு உண்டா லப்பா
சொன்னபடி கேட்கு மப்பா இன்னுங் கேளு
சூட்சமுடன் இருதீக்ஷை பசைந்த மண்ணே.

பொருள் : காரசார மகிமையினுல் வாசி நம்முடைய ஆக்கினையில் நிற்கும்.

21600 சுவாச மடங்கிய விதம்

216. பசைந்த மண் நீர் இருதீக்ஷை யுண்ட தோடு
பாரப்பா சொல்லுகிறேன் மூன்று மாண்டில்
அசை யிருபத்தோருயிரத்து அறுநூறென்ற
அசைவான சுவாச மெல்லாம் அடியில் சேர்ந்து
சுவாச மப்பா அடங்கியே வசமதாகும்
அப்படியே ஒருயிரத்து அறுநூறென்ற
பசுபாசச் சுவாச மெல்லாம் மூலந் தன்னில்
பாரப்பா ஒடுங்கியே அடங்கிப்போமே.

பொருள் : மண், நீர் என்ற நாதவிந்து பொருள்களினுல் 21,600 சுவாசங்களும் கட்டுப்பட்டு ஒடுங்கி மூலத்தில் அடங்கிப் போகும்.

217. அடங்கினுல் உடலுயிரும் ஒன்றுய்ப் போகும்
அப்பனே ரவி மதியும் ஒருமித்துப் போம்
துடங்கி யந்த காலத்தில் இனங்கள் தோறும்
துரிதமுடன் வாசிதனை யூதித் தானும்
விஷமான அமிர்தத்தை புண்ணல் வேண்டும்
விளம்புவேனிந்த சிவயோகந் தானும்
திடமுடனே யறிந்தாக்கால் ஞானியாகும்
தீபமது காணலாம் நித்தம் தானே.

பொருள் : இப்படி அடங்கினபோது உடலும் உயிரும் ஒன்ருக இணைந்து போகும். வாசியின் உண்மைப் பொருளை அறிந்தால் ஞானியாவான்.

218. நித்தியமும் கண்டவனே சித்தன் ஆவான்
நிச்சயமாய் இனிதிடங் கூறச் [சொல்வேன்
புத்தியுடன் சதாகாலம் தன்னைத் தானும்
புலத்தியனே மறவாதே கண்கள் தானும்
சித்தமாய் சிவந்துமே போகு மப்பா
சிறப்புடனே அது தனையும் பார்த்தே நீ
பத்தியுடன் தச இங்கள் தானுமானுல்
பகருகிறேன் அமுர்தமாம் மதிப்பாய்க் கொள்ளே.

பொருள் : பத்து திங்கள் அமுரியை சாதித்தால் கண்கள் செவ்வலரி போலாகும்.

219. கொண்டாலோ வருகின்ற கஸ்தி தன்னை
கூறுகிறேன் பாராதே புலத்தியனே அய்யா
தொண்டனும் சுழி அறிந்த பின்பு நீதான்
சொல்லுகிறேன் சித்தந்தான்யிந்த கர்மச்
சண்டாள துர்மலக் கூட்டைத் தானும்
சாற்றுகிறேன் நீ சுத்தப் படுத்து அப்பா
அன்புடனே மனமொத்து நீ தான் கொள்ளு
அன்பான பொருளே பின் கார சாரம்.

பொருள் : இவ்வுடலிலுள்ள சண்டாள மலக்கூட்டை வெளியே தள்ளு. அதன் பின் கார சாரத்தைச் சேவி.

ஒட்டியான பந்தம் ஆடுஞ்சன அங்குட்டி அறிய

220. பின் கார சகரமாம் சொல்லக் கேளு
புகழான அக்கார சாரத்துக்கு
நன்றான ஏழுலகும் நிகருமாமோ
நவிலுகிறேன் உந்தி தனில் வாசிபூட்டி
சென்றதின் மேல் அங்குட்டி மாட்டி தானும்
சிறப்புடனே யோகசித்தி விருப்பா யப்பா
கண்ட தொரு மகத்துகளும் விண்ட தில்லை
கருணையுடன் கற்பத்தின் கருத்தைத் தானே.

பொருள் : இந்த காரசாரத்துக்கு ஏழுலகும் நிகராகாது. இதனால் வாசிலயம், யோகசித்தி உண்டாகுமென்க.

221. கருத்துதனை அறிந்தவர்கள் ஆருமில்லை
கருணையுடன் உலக மெல்லாம் ஆராய்ந்தாலும்
தெரிந்தவர்கள் கிடைப்பதுவே யரிதாம் பாரு
தென்கடல் சூழ் அகிலமெல்லாம் மாதர் மயலின்
சிறப்புடனே விழுந்து அரவங் கடித்து தானும்
சொல்லுகிறேன் மாண்டிடுவார் அதையும் நீயும்
உறுதியுடன் விலக்கி விடு மாதர் பாம்பு
உல்லாசத்துடன் கடிக்க அதற்குத் தானே.

பொருள் : மதி ரவி யிரண்டு பொருள்களையும் சேவிப் பதினால் நெஞ்சு புண்ணுகிவிடும். துர்நாற்றமுள்ள மலத்தை அவைகள் கழித்துத் தள்ளிவிடும். முத்தி சித்தி எய்தும். விஷ முள்ள பாம்பாகிய பெண் மையலில் சிக்கிக் கொள்ளாதே.

222. சித்தியாம் இக் கற்பம் அற்ப மென்றும்
சொல்லியே உலகுதனில் அலைவதாலே
முத்திக்கு யென்ன வதுவாய்க்கு மப்பா
உரைக்கிறேன் இன்னங்கேள் என்னவென்றால்
சத்தியமாய் இந்த வேதாந்த கற்பம்
சார்புடனே கொள்ளு மப்போ சுற்றத்தாரை
புத்தியுடன் தள்ளிவிடு பராபரத்தை
புகலுகிறேன் நினைத்துக் கொண்டிருப்பா யப்பா.

பொருள் : இந்த கற்பம் அற்பமானதல்ல. உலகத்தோர் இதை அற்பப் பொருளாகக் கருதித்தள்ளி விடுவர். சத்தியமாய் சொல்கிறேன். இது முக்திதரத் தரக்கூடியது. இக்கற்பத்தைக் கொள்ளும்போது பராபரத்தை தியானம் செய்து கொண்டிரு. பெண்டு, பிள்ளை, சுற்றத்தாரை விலக்கிவிடு.

223. பருதி மதி யிரண்டுமே பழகிஞக்கால்
பகருகிறேன் நெஞ்சு புண்ணுகு மப்பா
இருக்கின்ற மும்மலமும் துர் மலத்தை
இன்பமுடன் போக விடும் அடிமூலம் தான்
உறுதியாய் சத்தியாம் ஆனலப்பா
உண்மையுடன் முத்தி சித்தி யெய்தும் பாரு
அருளான முனிதானும் ஞான மெய்தும்
அப்பனே காயமது சித்தியாமே.

பொருள் : மதி ரவி யிரண்டு பொருள்களையும் சேவிப் பதினால் நெஞ்சு புண்ணுகிவிடும். துர் நாற்றமுள்ள மலத்தை அவைகள் கழித்துத் தள்ளிவிடும். முத்தி சித்தி எய்தும்.

224. இருக்கின்ற காலத்தில் மாதர் தன்னை
இயல்புடனே சொல்லுகிறேன் கண்ணில் கண்டால்
உறுதியுடன் பார்க்காதே புத்தி கற்பம்
ஓராண்டு கொண்டிட்டால் பிறகு தானும்
அருந்தவத்தால் வந்திருக்கும் ஞானகற்பம்
அப்பனே மூவாண்டு கொள்வதற்கு
பிரித்துமே முன்னமே சொல்லி விட்டேன்
பிரியமுடன் அந்தபடி கொண்டிடாயே.

பொருள் : மாதர்களின் வலையில் சிக்காதே. முன்சொன்ன படி மூவாண்டு கற்பங் கொள்.

225. கொண்டு வந்தால் பிரம்மலபி தள்ளிப் போகும்
கூறுகிறேன் கருவியெல்லாம் மாண்டு போகும்
அண்டருட தயவினால் கசடுமற்று
அப்பனே ஊனும் பொன் மயமேயாகி

உன்னிதமாம் உதயமாம் சந்திரன் போலே
உண்மையுடன் தேகமது ஒளியே வீசும்
நன்ருகப் பத்தியத்தில் பழுது வந்தால்
நவிலுகிறேன் கனல் கொண்டு அஜீரணத்தாலே.

பொருள் : இப்படி கற்பம் கொள்வதிஞல் உடலிலுள்ள கசடு அற்று சந்திரன்போல் தேகம் ஒளி வீசும். பத்தியத்தில் பழுது நேரிட்டால் அசிரணமுண்டாகும். பிரம்ம லபி தள்ளிப் போகும்.

கற்ப லேகியம் (பேதி நிறுத்த)

226. அசிரணத்தால் பேதியது யெய்தும் பாரு
அஞ்சாண்டில் கார சாரம் யெய்திருக்கால்.
உசிதமுடன் பேதியா மதற்குத் தானும்
உத்தமனே கற்ப லேகியத்தைச் சொன்னேன்
சுசிகரமாய் அதைத் தின்றால் பேதி நிற்கும்
சொல்லுகிறேன் இனிகற்ப லேகியத்தை
சச்சிதானந்தன் கிருபையால் நன்றாய்க் கேளு
சார்புடனே பாண்டத்தை அடுப்பில் வையே.

பொருள் : அவ்வித அசிரணத்தால் பேதி உண்டாகும். அவ்வித பேதியை நிறுத்த கற்ப லேகியத்தை உண்ணவேண்டும். அதைப்பற்றி சொல்கிறேன் கேள்.

227. அடுப்பில் வைத்து சுட்டபின் விந்து விட்டு (அமுரி)
அப்பனே கொதித்த பின்பு சொல்லக் கேளு
துடங்கிய ஆதியந்தம் சூரணித்து
துரிதமுடன் அதில் கொட்டி கிண்டி தானும்
திடமுடனே பொன் நிறமாய் பதத்தில் தானே
தீர்க்கமுடன் லேகியம் போல் செய்து கொண்டு
உடனேதான் பேதியது ஆகும்போது
உறுதியுடன் உட்கொண்டால் பேதி நிற்கும்.

பொருள் : பாண்டத்தை அடுப்பிலேற்றி விந்து வென்ற அமுரியை விட்டு ஆதியந்தத்தைப் பொடிசெய்து வைத்துக் கொண்டு கொதி வந்ததும் சூரணத்தைக் கொட்டிக் கிண்டி லேகிய பதத்தில் எடுத்துக் கொண்டு பேதி ஆகும்போது உண்டால் பேதி நிற்கும். (ஆதி அந்தமென்ற பொருள்களை குருமுகமாய் அறிதல் வேண்டும்.)

அண்ட மெழுகு

228. நிற்கு மந்த லேகியத்தை அஞ்சாமாண்டு
நிச்சயமாம் முழுதுமே கொண்டா லப்பா
அற்புதமாய் தேகம் வஜ்ர காயமாகும்
அஞ்சாண்டில் பேதியது ஆகாவிட்டால்

உற்பனமாய் லேகியந்தான் செய்வதனே
உச்சிதமாய் தானிருத்தி சொல்லக் கேளு
சொற் பெரிய அண்டத்தில் சாரம் விட்டு
சுகம் பெறவே பிசைந்து நன்ருய் ரவியில் வையே.

பொருள் : ஐந்தாமாண்டு வடி லேகியத்தை சாப்பிடின் தேகம் வஜ்ஜிரகாயமாகும். பேதியாகாவிட்டால் அதை நிறுத்தி காரமென்ற அண்டத்தில் சார ஜெயநீர் விட்டு பிசைந்து ரவியில் காய வைக்கவும்.

229. ரவியில் வைத்தால் மெழுகாகும் அதிலே கேளு
நேர்மையுடன் அண்டச்சுண்ணம் கூட்டித் தானும்
புவிதனிலே பதினேறு மாண்டு மட்டும்
புகழுடனே கொள்ளவே வேண்டு மப்பா
தவிக்கவே அஞ்சாண்டில் பேதியானல்
தன்மையுடன் புலத்தியனே முன்னே சொன்ன
தவமாகும் கற்ப லேகியந்தான் செய்து
தாரகத்தில் மனம் நாட்டி சொல்லக் கேளே.

பொருள் : ரவியில் உலர்ந்தால் மெழுகாகும். அதில் அண்ட சுண்ணம் கலந்து பதினேறு ஆண்டு சாப்பிட வேண்டும். அதனுள் பேதியானல் கற்ப லேகியத்தைச் சாப்பிடவும்.

230. சொல்லக்கேள் ஐந்தாண்டு முழுதுங் கொள்ள
சுகமுடனே பேதி நின்று தேகந்தானும்
விள்ளக் கேள் வஜ்ரம் போல் பளபளக்கும்
விருப்பமுடன் ஆருண்டு முதல்கொண்டு
நன்ருய்க் கேள் பதினென்று வரைக்குத் தானும்
நாட்டமுடன் முன்சொன்ன அண்ட மெழுகை
தொல்லுலகில் செய்து கொண்டு சொல்லக் கேளு
துரிதமுடன் கொண்டாலும் கொள்ளலாமே.

பொருள் : ஐந்தாண்டு முழுவதும் வடி லேகியம் கொள்ளவும். ஆருண்டு முதல் பதினேருண்டு வரையிலும் முன் சொன்ன அண்ட மெழுகை சாப்பிடுதல் வேண்டும்.

231. ஆமேதான் இல்லாவிட்டால் முன்னே சொன்ன
அப்பனே கற்ப லேகியம் கொண்டாலும்
ஓமேதான் கொள்ளலாம் ஆனல் கேளு
உத்தமனே இருவகை தனிலே தானும்
நலமேதான் சொன்ன அண்டச்சுண்ணம் கூட்டி
நலமுடனே உட்கொள்ள வேண்டு மப்பா
ஆமேதான் நான்காண்டு முதல்தான் கொண்டு
அப்பனே குளிகை சித்தி வாத சித்தி.

பொருள் : வேண்டுமானால் கற்ப லேகியத்தையும் கடைசி வரையில் சாப்பிடலாம். ஆனால் அந்த லேகியத்தில் அண்ட கண்ணம் கலந்து கொள்ளவேண்டும். பிறகு குளிகை சித்தி. வாத சித்தி, மறைவு சித்தியைச் செய்.

232. வாத சித்தி மறைவு சித்தி பண்ணு பண்ணு
அருளுடனே பிரஞ்சேர் தீக்ஷை தானும்
சாதகத்தால் முடிந்த பின்பு தானும்
சாற்றுகிறேன் அன்னம்பால் கொள்வதனை
வீதமுடன் நிறுத்தி விட்டு கற்பவரை தான்
விருப்பமுடன் சமாதி தனில் இருந்து பாரு
ஜோதியிந்தக் கற்பத்தைக் கொள்ளும் போது
சொல்லுகிறேன் சமாதி கட்டு வகையைக் கேளே.

பொருள் : அது முடிந்தபின் பாலன்னத்தை நிறுத்தி விட்டு இக்கற்பத்தைக் கொள்ளும்போது சமாதியில் இருக்கவேண்டும்.

சமாதிக்கு பூமிக்குள்ளிருந்து செபம்

233. வகையென்ற பூமிக்கீழ் அறை யொன்றாகும்
அப்பனே பூமி மேல் அறை ரெண்டாகும்
தகமையுடன் தான் கட்டி சாந்து பூசி
தன்மையுடன் சாம்பிராணி புகையும் போட்டு
வகையுடனே முதலாண்டு வரைக்குந் தானும்
வண்மையும் மேல் அறையில் இரு நீயப்பா
அகமகிழ அதன் பின்பு பூமிக் கீழே
அப்பனே இருக்கின்ற அறையிற் செல்லு.

பொருள் : கற்பம் சாப்பிடும்போது சமாதி நிலையாவது பூமிக்குள் ஓர் அறையும். மேலே இரண்டு அறைகளும் கட்டவும்.

234. அறைதனிலே ரெண்டாண்டு முதல் தான் கொண்டு
அப்பனே பதினொன்று வரைக்கும் தானும்
உரைக்கிறேன் யிருந்தாலும் பகல்கள் தன்னில்
உத்தமனே மேலறையில் இருக்க வேண்டும்
அரைகிறேன் ராத்திரியில் சொல்லக்கேளு
அப்பனே கீழறையில் இருக்க வேண்டும்
சரசமுடன் இப்படியே நீ யிருந்து
சார்புடனே கற்பமதை சாதிப்பாயே.

பொருள் : இரண்டாம் ஆண்டிலிருந்து பதினோறு ஆண்டு வரையில் பகலில் மேல் அறையிலும் இரவில் கீழ் அறையிலும்

துரிசு சுண்ணம்

235. சாதித்தால் சித்தியாம் அப்பா கேளு
சாற்றுவேன் இனிவாத முறைகள் தன்னை
ஆதி தள்ளி ரெண்டு தள்ளி நாலாமாண்டில்
அப்பனே துரிசிதனை நாத நீரில்
வீதமுடன் தானூட்டி ரவியில் வைத்து
விருப்பமுடன் தான் பார்க்க ஜாமம் நாலில்
ஜோதியாய் களிம்பற்று சுண்ணமாகும்
சொல்லுகிறேன் சூதத்தைக் கட்டும் சுண்ணந்தானே.

பொருள் : இனி ரசவாத முறை சொல்லுகிறேன் கேள். துருசை நாதநீரில் துவைத்து ரவியில் வைக்க நான்கு சாமத்தில் களிம்பற்று சோதியாய் சுண்ணமாகும். இந்த சுண்ணம் சூதத்தைக் கட்டும்.

236. சூதத்தால் நவலோகம் தங்கமாகும்
சொல்லுவேன் புலத்தியனே இந்த கற்பம்
அண்டர் பிரான் தயவினால் மூன்றாண்டு உண்டால்
அறுபத்து நால் சரக்கு எல்லாம் சாகும்
நன்னிதமாய் கற்ப சாதனை யில்லாமல்
நவிலுவேன் கனகமது செய்வாரில்லை.
பண்டான காரத்தைவிட முத்தி தானும்
பாரப்பா உலகுதனில் ஏது சொல்வேன்.

பொருள் : இந்த சுண்ணம் நவலோகத்தைத் தங்கமாக்கும். கற்பமே முக்கியமாக கவனிக்கவேண்டும். காரத்தைவிட்டால் சித்தி கிட்டாது.

நாகமும் விந்தும் ஏமமாகும்

237. சொல்லுகிறேன் புலத்தியனே நன்றாய்க் கேளு
சுகமான ஆலவிஷந் தன்னைத் தானும்
நல்குவேன் ஆண்டொன்று உண்டா லப்பா
நலங் கெட்டு நமனுமே யிறந்து போவான்
தொல்லுலகில் வாத வித்தை யாவதென்ன
சொல்லுவேன் அமுர்தத்தால் உண்டாம் பாரு
விள்ளுவேன் நாதமும் விந்துவுங் கூடி
உலகுதனிலே நவலோகம் பொன்னதாமே.

பொருள் : ஆலகால விஷமாகிய அமுரியை உண்டால் எமன் இறந்து போவான். நாதமும் விந்துவும் கூடினால் நவலோகமும் பொன்னாகும்.

238. பொன்னதாம் அவ்வண்ணம் ஆருஞ்சோதி
புலத்தியனே யாரறிவார் இந்த மார்க்கம்
அன்னவனின் செயல்படிக்கு மூலகற்பம்
ஆண்டு பத்தும் சமாதிதனில் இருந்து தேறு
உன்னிதமாய் அஞ்சாண்டு கடந்து தானும்
உத்தமனே ஆறாண்டு முதல்தான் கொண்டு
நன்றாக ஆகாரம் தன்னிலே தான்
நவிலுவேன் பஞ்சகர்த்தான் ஜோதி தானே.

பொருள் : சமாதி தனிலிருந்து கொண்டு பத்து ஆண்டு கற்பத்தை உண்டு தேறு. ஆறாண்டு முதல் பஞ்ச கர்த்தாக்கள் ஜோதியைப் பார்க்கலாம்.

ரசவாத மெழுகு

239. ஜோதி கேள் பஞ்சகர்த்தாள் கண்ணில் காண்பார்
ஜெகத்தோர்கள் காணாத காரந் தன்னை
வீதமுடன் வாலைதனில் தயிலம் வாங்கி
விருப்பமுடன் தைலத்தில் பாஷாணம் விட்டு
சாத்துரேம் மிக்கவே குழப்பிக் கேளு
சாற்றுவேன் முன் அண்டச் சுண்ணம் தன்னை
சேதி யப்பா இதில் போட்டு சொல்லக் கேளு
துரிதமுடன் சரக்குகளில் சுருக்குப் போடே

பொருள் : காரத்தை வாலையில் தயிலம் இறக்கி அமுரிவிட்டு குழப்பி அண்டச் சுண்ணம் சேர்த்து வைத்துக்கொண்டு சரக்குகளில் சுருக்குத் தாக்கவும்.

குண்டலியின் மார்க்கம்

240. சரக்குகளை ரவியிலிட்டு சுருக்கு ஏற்ற
சாற்றுகிறேன் வாதமிதில் கோடி யாகும்
திறமுடனே சொல்லி விட்டேன் புலத்தியனே ஐயா
தீர்க்கமுடன் இனிஞான வெற்றி சொல்வேன்
உறுதியுடன் புத்தியது மயங்காமற்றான்
உத்தமனே நாத விந்தினாலே தானும்
அறியப்பா சித்தியாகும் சித்தனாவாய்
அப்பனே குண்டலியாம் வாசி கொண்டே.

பொருள் : சரக்குகளை ரவியில் வைத்து சுருக்குத் காக்க

முதலாண்டில் கற்பம் கொள்ளும்போது சாதனை வேண்டாமென்பது

241. வாசிகொண்டு இரண்டாண்டு முதல்தான் நோக்கி
வல்லமையுடன் சாதனைகள் செய்து வா நீ
ஆசையுடன் முதலாண்டில் சொல்லக் கேளு
அணுவேனும் சாதனைகள் செய்ய வேண்டாம்
பாசமுடன் புலத்தியனேகருத்தை மாத்திரம்
பாரப்பா பார்தனிலே செலுத்தி இருப்பாய்
பூசையாம் அம்பரம் வெளியில் நின்று
புகழாக சுக்கிலத்தின் சுரோணிதத்தால் தில்லே.

பொருள் : கற்பம் கொள்ளும்போது முதல் ஆண்டில் எவ்வித சாதனையும் செய்யவேண்டாம். பராபரத்தின் நினைப்பு இருந்தால் போதும். சுக்கிலம் சுரோணிதம் என்னும் நாத விந்தை உடலில் சேர்ப்பதே முக்கியமான பூசையாம்.

242. சுக்கிலத்தின் சுரோணிதத்தால் சொல்லக் கேளு
சுகமாக தனஞ்செயனை செயித்துத் தானும்
பக்குவமாய் காமனையும் நீராய் ஆக்கி
பகருகிறேன் மாதருட வினைக்குத் தானும்
லக்கமுடன் அமுரியை ஸ்திரந்தான் கொண்டு
பக்குவத்தால் தான் வெட்டி சொல்லக் கேளு
முக்கியமாய் விழி மடவார் ஆசை தன்னை
முழுதுமே தான் துலைத்து உறவின் முறையை.

பொருள் : அமுரி ஓர் அஸ்திரம். விழிமடவார் ஆசையைத் தள்ளு. தனஞ்செயனை செயிக்கலாம். உறவின் முறை சுற்றத்தார் ஆசை நீக்கு.

243. உறவின் முறை சுற்றத்தார் உலகிலுள்ளோர்
உத்தமனே உற்றார் பெற்றார் பெண்டிர் ஆசை
திறமுடனே இவை அனைத்தும் அகலத் தள்ளி
தீர்க்கமுடன் கார சாரத்தைத் தானே
சரசமுடன் நான் சொன்ன பிரகாரந் தான்
சங்கை தள்ளி பாகமாய் கொண்டா லப்பா
சிரமமெல்லாம் முதலாண்டில் தானே யுண்டாம்
சிறப்புடனே அது முடிந்தால் சொல்லக் கேளு.

பொருள் : உற்றார் பெற்றார் சுற்றத்தார் ஆசையைத் தள்ளி கார சாரத்தை நான் சொன்னபடி சேவித்து வரவும். சிரம மெல்லாம் முதலாண்டில்தான் அதிகம்.

244. சொல்லக் கேள் தச தீக்ஷை முடிந்த தென்று
தகமுடனே நினையப்பா முதலாம் தீக்ஷை
அல்லலற்று அது தானும் முடிந்துதானால்
அப்பனே தேகமது சித்தியாகி
தொல்லையாம் தீவினைகள் ஒழிந்து போகும்
சூக்ஷமாய் அந்தரங்க தீக்ஷை தன்னை
நல்லாய்க் கேள் காப்பு முதல் கடை வரைக்கும்
நவிலுகிறேன் தான் பார்த்தால் தீக்ஷை போக்கை

பொருள்: இந் நூலில் காப்புமுதல் கடை வரைக்கும் ஊன்றிப் பார்க்கவும். இங்கு மங்கும் சில பாடல்களைப் பார்த்து விட்டு சும்மா இருந்து விடாதே.

245. தீக்ஷை யொன்றே முறை போக்கும் சகல சித்தும்
தீர்க்கமுடன் தானெய்தும் நாள்கள் தோறும்
ஆக்ஷேபனை அகற்றி காய கற்பம்
அனுசரித்தால் நீடூழி வாழலாகும்
கோட்பாடில்லாமல் ஆண்டொன்றில் தான்
கூறுகிறேன் அமுரியால் தேகந் தானும்
சாக்ஷியார் சுத்தியாய் பிரகாசிக்கும்
சந்திரனும் சூரியனும் என்னலாமே.

பொருள்: சந்தேகமின்றி கற்பம் சாதித்தால் நீடூழி வாழலாம். அமுரியால் தேகம் சுத்தியாகி சந்திர சூரியனைப் போல் பிரகாசிக்கும்.

முப்பு சுருக்கம்

246. என்னலாம் புலத்தியனே யின்னங் கேளு
இதுதன்னி இரண்டாண்டு முதல் தான் கொண்டு
அன்னவனின் செயல்படிக்கு கற்பம் சித்தி
அப்பனே முதல் தீக்ஷை முடிந்து தானால்
நன்றான பத்தரை மாத்துத் தங்கம் போலே
நவிலுகிறேன் தேகமடா மூன்றுமாண்டில்
பண்டான புளியினிலே பாணிதான் பட்டால்
பாரப்பா சொல்லுகிறேன் பூர்க்கும் முப்பே.

பொருள்: புளி என்னும் காரத்தில் பாணிபட்டால் முப்பு பூர்க்கும். முதல் தீக்ஷை முடிந்ததும் உடல் பத்தரை மாத்து தங்கம் போலாகும்.

274. முப்பான முப்பூவும் இதுதான் மைந்தா
உலகத்தோர் இதைவிட்டு பூநீர் வாரி
தப்பரையாய் பனியில் வைத்தால் பூர்க்குமோ சொல்
தன்மையுடன் பதினேறு ஆண்டிற்குள் தானும்
அப்பான கார சாரம் மாறிப் போகும்
அய்யனே வஜ்ஜிரமாய் தேகமாகும்
இப்படியே நடக்கின்ற மார்க்கந் தன்னை
இயம்புகிறேன் உலகுதனில் மவுனமாய் நில்.

பொருள்: முப்பான முப்புவும் இதுதான். உலகத்தோர் இதை விட்டு பூ நீர் வாரி பனியில் வைத்தால் என்ன பூர்க்கும்? ஒன்றும் பூக்காது. பதினேறு ஆண்டுக்குள் கார சாரத்தால் தேகம் வஜ்ஜிர காயமாகும்.

சட்டை கழலும் மார்க்கம்

248. மவுனமாய் நின்று கற்பம் சாதித்தாக்கால்
மகிழ்ச்சியுடன் சொல்லுகிறேன் முதலா மாண்டில்
தவத்தாலே யொரு சட்டை யுரியும் பாரு
தன்மையுடன் யிரண்டாண்டில் நன்று போகும்
அவையடக்க மூன்றி லொன்று கழன்டு போனால்
அப்பனே மூன்று சட்டை கழன்று போனால்
இவனுக்கு வயது சொல்ல முடியா தென்று
என் குருவும் எந்தனுக்கு உரைத்தார் தானே.

பொருள்: கற்பம் சாதிக்கும் போது முதலாண்டில் ஒரு சட்டை போகும். இரண்டா மாண்டில் இரண்டு சட்டை போகும். மூன்றுமாண்டு மூன்று சட்டை கழலும். அதன் பிறகு ஆயுளுக்கு முடிவேயில்லை.

எட்டு ரெண்டு அறியவும்

249. உரைத்ததால் புலத்தியனே உனக்குச் சொன்னேன்
உண்மையுடன் எட்டு ரெண்டு மென்ற வார்த்தை
அரைகிறேன் தசதீக்ஷை யாகு மப்பா
அப்பனே யிதை யறியார்க் கென்ன வாய்க்கும்
உரைக்கிறேன் இந்த எட்டு ரெண்டு தன்னை
உத்தமனே நன்றாக யறிந்தா யானால்
அரைகிறேன் புலத்தியனே என்னைப் போலே
அந்தமாங் கோடியுகம் வாழலாமே.

பொருள்: எட்டு ரெண்டும் சேர்ப்பதே தசதீக்ஷையென்ப தாம். இதையறிந்தால் கோடியுகம் வாழலாம்.

250. வாழலாம் நீ யிந்த கற்பங் கொண்டால்
அரைகிறேன் கனகம் உன்னுள் விளையும் பாரு
விழவே மாய்கைதனில் வேண்டா மென்று
விருப்பமுடன் இந்தப்படி எனக்குத் தானும்
வாழவே கோடியுகம் ஜெடத்தி லப்பா
வாதமது ஆகு மென்று அரனுஞ் சொன்னர்
கோனதுவே வாராது நாத கற்பம்
கொண்டவர்கள் பரனெனவே பரனுஞ் சொன்னர்.

பொருள் : இந்த கற்பங்கொண்டால் உன்னுள்ளே கனகம் விளையும். கோடியுகம் வாழலாம்.

251. சொன்னதால்யினி யோக ஜெபந்தான் சொல்வேன்
சுகமான வேதாந்த கற்பந்தன்னை
நன்னிதமாய் துரியத்து அதீதந் தன்னில்
நவிலுவேன் அறியலாம் புலத்தியனே அய்யா
சொன்ன இந்த யோக ஜெபம் ஆண்டுபோனல்
சுகமாக தான் வாய்க்கும் அப்பா கேளு
வன்னமுள்ள மூலமணி பூரகந்தான்
அப்பனே அனுகதமாம் விசுத்தியோடே.

பொருள் : இவ்வித கற்பம் சாதித்தால் துரியம், துரியாதீதம் வெளியாகும்.

252. விசுத்தி துறை ஆக்கினையின் சுடருந் தாண்டி
விளம்புவேன் மேல் வரையில் தாண்டி யப்பால்
அசுவமதாய் வியானனையும் பூட்டி யப்பா
அதில் கூர்மனென்றும் ஜினிநன்முய் மாட்டி
பசுவான தனஞ்செயனை அங்கு மடியாக்கி
பகருவேன் வாலைபதந் தொழுது தானும்
விசுவாக வாசிதனில் ஏறியப்பா
விருப்பமுடன் மதியமுர்தம் உண்ணு உண்ணே.

பொருள் : மதியமுர்தம் உண்ண மணிபூரகம், அனுகதம், விசுத்திமுதலிய சுடர்களைத் தாண்டி வாசி மேலேறும்.

253. உண்டாலோ யிந்தப்படி யோராண்டில் தான்
உத்தமனே நூல உடல் ஞுக்ஷமாகும்
நன்றான மேனி துய்ய நிறம தாகும்
நவிலுவேன் ஓராண்டில் நோய்கள் எய்தும்
சென்றுட்டம் சூடு கனல் தாப சோபம்
சொல்லுகிறேன் மெத்தமாம் காமந்தன்னு
உண்டாகும் உறக்கமதை மாற்று மாற்று
உத்தமனே குமட்டியே கசக்கும் பாரு.

பொருள் : இப்படி ஒரு வருடங் கொள்ள நூல உடல் ஞுக்ஷமாகும். உடலில் மாறுபாடுகள் உண்டாகி நூல உடலாகும். உறக்கம் கூடாது. கோபம், தாபம், காமம், இவைகளைத் தள்ளு. இக்கற்பத்தால் குமட்டலும் கசப்பும் விளையும்.

254. குமட்டி கசக்கின்றதுவே கற்கண்டாகும்
கூறுவேன் இக் கற்பம் சொற்ப மென்றும்
அசடாக எண்ணுமல் ஊணிக் கொண்டால்
அப்பனே வினைகள் தனே போக்கு மப்பா
சுமை யெனவே நினையாமல் பதனமாய் வாழ
சொல்லுவேன் மூவாண்டில் மூன்று மாதம்
தம்தேகம் தம தல்ல பேதி யெய்தும்
தன்மையுடன் நாலு போய் ஐந்திற் கேளே.

பொருள் : கசப்புதான் கற்கண்டு. அசடாக எண்ணுமல் இக்கற்பம் சாதித்தால் வினைகள் எல்லாம் ஒழியும்.

255. அஞ்சிலும் அடங்காது பேதி யப்பா
அரனுடன் நஞ்சுக்கு மேலாம் நஞ்சு
துஞ்சியே சொல்லுகிறேன் திங்கள் ஆறில்
துரிதமுடன் அரோசிகமும் சத்தி யெய்தும்
பஞ்சுபோல் ஆகுமப்பா திங்கள் ஏழில்
பகருவேன் பெரும்பாடு அதுபோல் தானும்
அஞ்சுவார் உதிரமது இறங்கு மப்பா
அரைகிறேன் எட்டான திங்கள் கேளே.

பொருள் : ஆறு திங்களில் பேதி கண்டு உடல் பஞ்சுபோல் ஆகும். ஏழு திங்களில் பெரும்பாடு போல் உதிரம் இறங்கும்.

256. திங்கள் தனில் சீதளமும் காணு மப்பா
சொல்லுகிறேன் ஒன்பதாந் திங்கள் தன்னில்
அங்கமது வாடுமப்பா பேதியோடு
அப்பனே சீதசுரம் வாந்தி யெய்தி
சங்கட்ட நோய்களுட வேகங் காணும்
சாற்றுவேன் உறுமாறிப் போகு மப்பா
பங்கமது வாராது நிஜம தாகும்
பகருவேன் அச்சமில்லை பயப்படாதே.

பொருள் : எட்டாம் திங்களில் சீதளம் காணும். ஒன்பதாந் திங்களில் பேதியோடு உடல் வாடும். சங்கடமான நோய்கள் காணும். பயப்படாதே; பங்கம் ஒன்றும் வாராது.

257 பயமகற்றி சுவாசத்தால் சொல்லக் கேளு
பகருவேன் நவவாசல் தன்னைக் கட்டி
தயவுடனே கம்பத்தின் நுனியி லேறி
தன்மையுடன் பரஞ்சுடரை போற்றித் தானும்
பக்குவமாய் கருவிகளை சுட்டறுத்து
மகா பஞ்சாக்ஷரமாம் பிரணவத்தை
வலவ நடு மூடிவிடு புலத்தியனே அப்பா
வரைகிறேன் மதியமூர்தம் அமுரியாமே.

பொருள்: நவ வாசலும் கட்டுக் கடங்கி விடும். மதியமிர்த மென்பது அமுரிதான்.

சருகு தைலம்

258. அமுரியது சாரையாம் புளியைக் கேளு
அப்பனே மலரொத்தும் சவ்வாதாகும்
சமுதமாய்ப் புழுகாகும் உரமுமாகும்
சாற்றினேன் பேர்மாத்திரம் அறிந்து கொண்டு
அமுரியாம் கற்ப சாதனையின் போக்கு
அப்பனே மூன்றுண்டு சென்ற பின்பு
சமுதாவில் சருகெடுத்து உலர்த்தித் தானும்
சாற்றுவேன் தயிலமது வாங்கிடாயே.

பொருள் : அமுரியை, சாரை, புளி, புழுகு, மலர், உரம் என்ற பரிபாஷைகளால் சொல்லப்பட்டுள்ளன. மூன்றுண்டு சென்ற பின்பு சருகெடுத்து உலர்த்தி தயிலம் வாங்கவும்.

259. வாங்கியே கெந்தகத்தைச் சூரணித்து
வைக்கவே தயிலமதில் குழைத்து உண்டால் தேகம்
சாங்கமாய் சூரியனின் ஒளிபோல் வீசும்
சார்ந்துபார் ஆனந்தம் கண்ணில் காட்டும்
பாங்கிந்த தயிலத்தில் சகல சித்தும்
பகருவேன் தானுகும் கெண்டாந் தன்னில்
தாங்கியே யூதி விடு வாசியாலே
தன்னில் அதுவே தாண்டியே பாயு மப்பா.

பொருள் : கெந்தகத்தை சூரணித்து, இடி தைலத்தை விட்டு குழைத்து உண்டால் தேகம் ஒளி போல் வீசும். இந்த தைலத்தில் சகல சித்தும் உண்டாம்.

260. பாய்ந்தாலோ வொளி பிரகாசத்தின்
பரனுடைய தெரிசனமாம் அறியா வித்தை
ஆய்ந்துமே கருவாளி யாலுலப்பா
அன்புடனே மனமதுவும் ஒருமித்தே தான்

சார்ந்துமே வைராக்யத்துடனே தானும்
சாதிக்க சிலம் பொலியின் ஓசை காணும்
கூர்ந்துமே பார்த்தாலோ பராபரந் தான்
குறிப்புடனே காக்ஷியது கொடுக்கும் பாரு.

பொருள் : வைராக்கியத்துடன் கற்பத்தை சாதிக்க பராபரத்தின் குறிப்புத் தோன்றும்.

இருபத் தோராயிரத்து அறுநூறின் குறிப்பு

261. பாரப்பா இருபத் தோராயித்து அறுநூறு என்ற
பாழாகும் சுவாச மெல்லாம் மூலம் தன்னில்
நேரப்பா இருத்தி ஓங்காரம் நாடி
நிலைவாசி விடுவதும் வாங்கும் மார்க்கம்
சாரப்பா உன்னே தான் சாதித்துப் பார்
சத்தி சிவரூப மங்கே காணுஞ் சொன்னேன்
நேரப்பா இதுவேதான் பரமதாகும்
ஜெகந்தனிலே வெள்ளாட்டி பயல்களாமே.

பொருள் : 21,600 சுவாசமும் அதன் உற்பத்தி ஸ்தானத்தில் ஒடுங்குவதற்கு சத்தி சிவமே தவிர வேறொன்றுமில்லை. இதையறியாமல் செகந்தனிலே வெள்ளாட்டிப் பயல்கள் ஏதேதோ செய்கின்றனர்.

262. எல்லோரும் இன்னூலைக் கண்டா லப்பா
இகழ்ச்சி செய்வார் குருடரப்பா இதன் கருத்தை
என்னளவுங் காணவே மாட்டார் மாட்டார்
இன்னூலைச் சிவ யோகி கண்டால் கேளு
சொல்லுவேன் உயிர் போல பார்ப்பா னப்பா
சுகம் பெறவே பழுத்தன்றே வருகா வண்ணம்
தொல்லற தசதீக்ஷை மார்க்கந் தன்னை
சொல்லுவேன் உலகுதன்னில் பழிப்பாராகில்.

பொருள் : அறியா மக்கள் இந் நூலை அற்பமாய் எண்ணுவர். ஆனல் சிவயோகி இதை உயிர்போல் பார்ப்பான்.

263 பழித்தாலோ ஜீவனது இருக்கு மட்டும்
பாரப்பா வினைகள் வந்து சூழ்ந்து காணும்
ஆழ்ந்து எழுநரகில் விழுவா ரப்பா
அன்பனே உலகத்தில் ஆசை தன்னில்

உழன்றிடுவார்க்கெய்தாது ஒன்றுமப்பா
உண்மையுட நகை நகைத்து மினு மினுக்கி
விழி மிமிட்டி மோகமது பண்ணுகின்ற
விழி மடவார் மாயத்தில் விழுந்தாராகில்.

பொருள் : உலக ஆசாபாசங்களில் உலகோர் உழன்று எழு நரகில் விழுவர்.

வேதாந்திக்கு சாக்ஷி

264. விழுந்துமே மிகவேதான் திரிந்தாராகில்
விளம்புவேன் ஒன்றுதான் வராமல் தான்
ஒழிந்துமே வியாதியினில் சவமாய்ப் போவார்
உத்தமனே அனித்தியமாம் உலக வாழ்க்கை
முழுதுமே நம்பாதே சொல்லிவிட்டேன்
முக்கியமா யிந்நூலில் சொன்ன வார்த்தை
அழும்பெனவே யென்று நீ எண்ண வேண்டாம்
அப்பனே வேத மென்றே விரும்பிப் பாரே.

பொருள் : பெண்கள் மாயத்தில் விழ்ந்தாராகில் பல நோய் வாய்ப்பட்டு சவமாய்ப் போவார். உலகம் அநித்திய மென்பதை அறியவும்.

கார சாரத்தின் அளவு

265. விரும்பிப்பார் இந்த நூல் தனிலே தானும்
விளம்பி நின்ற பாடல்களும் எந்த விதமாய்
இருந்தாலும் பாராதே கருத்தைப் பாரு
எந்நாளும் இருப்பதற்கு வழிதான் சொல்லும்
உறுதியுடன் இனிமுப்பு முடிந்தால் சொல்வேன்
உத்தமனே குரு மூன்றுண்டும் கடந்த பின்பு
அருந்தவத்தால் வந்ததொரு மதி நாலுக்கு
அப்பனே வொன்றுதான் காரஞ் சேரு.

பொருள் : மதி நாலுக்கு காரம் ஒன்று சேர்க்கவும்.

முப்பூ (ஆதி—அந்தம் சேர்ந்தது)

266. சேர்த்து தான் கரைத்து தான் மூன்று நாள்தான்
சென்ற பின்பு தெளி விறுத்தி காய்ச்சி யப்பா
பார்த்துமே கொஞ்ச ஜலம் கொண்டிறக்கி
பகருகிறேன் பீங்கானில் வழித்து வைத்து

நேர்த்தியாய் ஒருவாரம் ரவியில் வைத்தால்
நீருமற் காயுமடா காயக் காய
பார்த்துமே கத்தி கொண்டு கீறி விட்டால்
பகருகிறேன் கானலிலே பூத்துக் காயுமே.

பொருள் : இரண்டையும் கரைத்து மூன்று நாள் மூடி வைத்து பிறகு தெளிவிறுத்துக் காய்ச்சவும் கொஞ்சம் ஜலமிருக்கும் போதே இறக்கி பீங்கானில் வழித்து வைத்து ஒரு வாரம் ரவியில் வைத்தால் நீருமற் காயும். கத்தியால் கீறிக் கீறி விடவும், கானலிலே பூத்துக் காயும்.

267. காய்ந்துமே முப்புவாய் இதற்குத் தானும்
கனிவுடனே பேர் மாத்திரம் சொல்லக் கேளு
ஆய்ந்துமே அட்டுப்பு என்று தானும்
அப்பனே ஒட்டுப்பு என்று தானும்
கூர்ந்து பார் கம்பி உப்பு என்று தானும்
கூறுகிறேன் பாறையுப்பு என்று தானும்
சேர்ந்துமே சித்தர்களும் கூடித் தானும்
சிறப்புடனே பேர் மாத்திரம் வைத்தார் தானே.

பொருள் : இதற்குத்தான் முப்பூ என்ற பெயராம். ஆனால் இதைப் பல பெயர்களால் அழைக்கின்றனர். அட்டுப்பு-கம்பி உப்பு, ஒட்டுப்பு, பாறையுப்பு என்று பல பரிபாஷைப் பெயர்களை சித்தர்கள் கொடுத்துள்ளனர்.

உப்புச் சுண்ணம்

268. வைத்து அந்த உப்பு சந்திரனொளிக்கு மேலாம்
அப்பனே ஆதி அந்த உப்புவுக்கு
பக்தியுடன் சமன் வீரம் கூட்டித் தானும்
பகருகிறேன் அமுர்தத்தால் அரைத்துத் தானும்
புத்தியுடன் வில்லைதட்டி காயவைத்து
புகழாக அகலில் வைத்து மூடிதானும்
சித்திபெற சீலை மண் செய்துலர்த்தி
செப்புகிறேன் புடம் போடச் சுண்ணமாகும்.

பொருள் : மேற்படி முப்புவுடன் சம எடை வீரங்கூட்டி அமிர்தத்தால் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து சீலைமண் செய்து முழப்புட மிடச் சுண்ணமாம்.

கவனிக்க :—இங்கு வீரம் என்பது கடை சரக்கல்ல. வீரம் என்பது காரம். அதுவே அமுரி.

269 சுண்ணமாம் இது வல்லோ முப்புச் சுண்ணம்
சுகமான இச்சுண்ணம் விட்டுத்தானும்
உன்னிதமாய் முப்புவுந் தேடித் தேடி
உலகமதில் அலைந்தலைந்து யிர் துறந்தோர் தானும்
உண்மையாய் கோடான கோடி யப்பா
உத்தமனே முப்புவின் சுண்ணத்தாலே
அண்டருட தயவினால் தொந்தங் கேளு
அப்பனே முப்பு யிடை சூதஞ் சேரே

பொருள் : இந்த சுண்ணத்தி னிடை சூதம் சேர்.

ரச சுண்ணம்

270. சேர்த்துமே அமுர்தமது விட்டு ஆட்டி
சிறப்பாக வில்லை செய்து காய்ந்த பின்பு
பார்த்துமே அகலில் வைத்து மேலும் மூடி
பகருகிறேன் சீலை மண் செய்து தானும்
நேர்த்தியாய் முழப்புடத்தில் போடச் சுண்ணம்
நினைவாக சுண்ணத்தில் கழுஞ்சி தாக்கி
புறத்தியாய் பானத்தால் மத்தித்தப்பா
புகழாக துரிசிக்கு பூசிடாயே.

பொருள் : சேர்த்து அமிர்தம் விட்டு ஆட்டி வில்லை செய்து காய்ந்தபின்பு அகலில் வைத்து மேல் மூடி சீலைமண் செய்து முழப்புடத்தில் போட ரசம் சுண்ணமாகும். இந்தச் சுண்ணத்தில் கழுஞ்சி எடுத்து அமிர்தம் விட்டு குழப்பி துருசுக்கு பூசவும்.

குறிப்பு :—அமிர்தம்—அமுரி.

துருசு சுண்ணம்

271. பூசியே யதற்கு மேல் காரத்தாலே
புகலுகிறேன் கவசமது செய்து தானும்
ஆசித்து மூன்று மண் சீலை செய்து
அப்பனே புடம் போட துரிசுச் சுண்ணம்
வாசித்த சுண்ணத்தால் சரக் கெல்லாந்தான்
அன்பனே சுண்ணமாஞ் சுண்ணத்தாலே
வீசினால் தொந்தமது கோடி கோடி
விளம்புகிறேன் துறை கோடி கோடிதானே.

பொருள் : பூசி காரத்தால் கவசம் செய்து அகலில் வைத்து மேல் அகல் மூடி மூன்று மண்சீலை செய்து புடம் போட, துருசு சுண்ணமாகும். அதனால் சரக்கெல்லாம் சுண்ணமாகும். இதனால் பல துறைகளில் வெற்றி பெறலாம். எந்த லோகத்தில் வீசினாலும் கனக மாம்.

272. கோடி யென்றால் எத்தனையோ கோடி காணும்
கருதுகிறேன் அதிலந்த பரிச வேதை
ஆடினால் அதைத் தொட்டு கோடா கோடி
அப்பனே புலத்தியனே யாடும் ஆட்டை
பாடிவிட்டேன் ரெண்டாயிரத்தில் பாரு
பார்க்க வென்றால் அதைக் குறுக்கி பாரீர் காப்பு
ஆடியோ சொன்ன சாஸ்திரங்கள் கேளு
சுகமான சகல கலைக்கியான மொன்றே.

பொருள் : இதில் வேதை சொல்லி முடியாது நான் பாடிய இரண்டாயிரத்தைப் பாரு.

273. ஒன்றான சௌமிய சாகரந்தா னென்று
உத்தமனே பெருநூல் பூரணந்தா னென்று
நன்றானயோக பூரணந்தா னென்று
நாட்டினேன் பூரண சூத்திரந்தா னென்று
பண்டான காவியத்தில் நாலுஞ் சொன்னேன்
பாரப்பா ஐயாயிர மாயிரமும் சொன்னேன்
அய்யருட தயவினால் எண்ணூறு ஒன்று
அப்பனே இவ்வளவு குறுக்கித் தானே.

பொருள் : சௌமியசாகரம், பெருநூல் பூரணம், யோக பூரணம், பூரணசூத்திரம் எண்ணூறு முதலிய பல சாஸ்திரங்கள் சொல்லியுள்ளேன். அவைகளையும் பார்க்கவும்.

274. குறுக்கியே பனிரெண் டாயிரத்தைத் தானும்
குறிப்புடனே முன்னமே யீராறு காப்பும்
சுருக்கமாய் பாடி வைத்தேன் அதுகள் தன்னில்
சொன்னதொரு வித்தையெல்லாம் யின்னூல் தன்னில்
உருக்கமுடன் முன் சொன்ன முப்பூவாலே
உத்தமனே ஆடிடுவாய் தொழில்க ளெல்லாம்
திறமுடனே பனிரெண்டு காப்புதானும்
தீர்க்கமுடன் கிடைக்காவிட்டால் கிடைத்த
மட்டும் பாரே

பொருள் : பன்னிரெண்டாயிரத்தைப் பாரு. பன்னிரெண்டு காப்பையும் பாரு.

275. கிடைத்த மட்டும் அதில் சொன்ன தொழில்கள்
பார்த்தால்
கோடான கோடி தொந்தம் ஆடலாகும்
அடக்கியப்பா அதிலதிலே முப்பு மார்க்கம்
அன்பனே மறைத்து வைத்தேன் ஆசையாலே

படபடப் பாகவே யின்னூல் தன்னில்
பதறிவிட்டேன் பாவமென்றே யெண்ணி யானும்
கிடைப்பதும் இந்நூல் தான் அருமையாகும்
கிடைத்தாலோ புலத்தியனே சித்தனாவான் பாரே.

பொருள் : அந்த நூல்களிலெல்லாம் முப்பு மார்க்கத்தை மறைத்து வைத்தேன். இந் நூலில் வெளியாய்ச் சொல்லி யுள்ளேன்.

வாசி யோகம் ராஜாங்க யோகம்

276. சித்தனா யாவதற்கு கண்ட மதனில்
சிறப்புடனே வங் கென்று வினாடி யெட்டு
புத்தியுடன் ஊதிவிட்டு மூலம்விட்டு
புகழாக மேல் வரையில் வாசி யோட்டி
புத்தியுடன் சிங் கென்று விநாடி யெட்டு
பாரப்பா ஊத நவத்துவார மெல்லாம்
கொத்தேடே தானடங்கும் சுழினை தானும்
கூறு மூலாக்கினைகள் தன்னில் கேளுகேளே.

பொருள் : வங், சிங் என்று சொல்லி வாசியைப் பூட்ட நவத்துவார மெல்லாம் அடங்கும்.

277. கேளப்பா கலைகளொரு வழியே பாயும்
கேண்மையுடன் இப்படியே தேறு தேறு
கேளப்பா நாத விந்து ஊறி நின்ற
கெடியான காயத்தில் சிவமுஞ் சத்தி
வாழ்ந்திருப்பார் இக் கற்பம் கொண்டோர்க்கு
அருளுகிறேன் சாயுச்ய பதவி யெய்தும்
கேளப்பா ஆண்டிலொரு விந்தினுமே
கிருபையுடன் ஒத்தானில் அமுதங் கொண்டே.

பொருள் : நாதவிந்து உடலில் ஊறி நின்றால் சாயுச்ய பதவி எய்தும்.

278. கொண்டால் கேள் ஜெகத் குருவு மிவனே யாவான்
கூறுகிறேன் இந்த பொக்கிஷத்தைத் தானும்
விண்டுமே வெளிவிட்டால் சொல்லக் கேளு
விளம்பினேன் சாபமது என்ன வென்றால்
அண்டயிடி விழுந்து தலை தெறித்துப் போகும்
அப்பனே முதலாண்டில் காயந் தன்னில்
புண்டுபோல் அநேக கோடி நோய்கள் தானும்
புழுப்போலே துளைத்துமே கனலாய் வீசும்.

பொருள் : நாத விந்தை அறிந்து கொண்டால் அவன் ஜகத் குரு என்ற பதவி பெறுவான். ஆனால் அதை வெளியிட்டால் இடி விழுந்து தலை தெறித்துப் போகும்.

279. வீசுவதும் போதாமல் குறடு கொண்டு
வெடுக்கெனவே பிடுங்குவது போலாம் தேகம்
நீச சொறி குட்டம் போல் காணும் பாரு
நீயப்பா அஞ்சாமல் அதையே பாரு
பாசமது ஞானமதை கண்டால் போதும்
பானுகண்ட பனிபோலும் பறக்கும் நோய்கள்
ஆசையுடன் முன் ஜெனன பலத்தினாலே
அப்பனே இக்கற்பம் கிடைக்க வேணும்.

பொருள் : முன்ஜென்ம பலத்தினால் இக் கற்பம் கிட்டும். இக் கற்பம் கொள்ளும்போது உடலெல்லாம் சொறி குட்டம் போல் காணும். ஆனால் பயப்படாதே அதையே தொடர்ந்து சேவி.

280. கிடைத்தாலே மனது தான் ஒருமை பண்ணி
கிருபையுடன் ஓராண்டு அமுரியுண்டு
உடலதுவும் புலத்தியனே வேற் கூறானால்
உண்மையுடன் தசதீக்ஷை முடியும் பாரு
ஜெடலமது சித்தியாம் யோகவானும்
சிறப்புடனே மூவாண்டு கழிந்து தானால்
திடமுடனே யுகமது யிறங்கும் பாரு
தீர்க்கமுடன் உடலுக்கு அழிவோ யில்லை.

பொருள் : ஓராண்டு அமுரியுண்டால் உடற்கூறு மாறி தச தீக்ஷை முடிந்து விடும். சடம் சித்தியாம். யோகவானும். மூவாண்டு கழிந்தால் உடலுக்கு அழிவேயில்லை.

281. அழிவில்லை ஜடம் வஜ்ஜிர காயமாகும்
அப்பனே சித்தர்களில் இவனொருத்தன்
அழிவில்லை சாகாமல் இருக்கலாகும்
அப்பனே வினையில்லை தீக்ஷையாலே
அழிவில்லை சாவதும் வாராதப்பா
அப்பனே கார சாரத்தினாலே
சுழலுகின்ற சரக்கு அறுபத்தி நாலும்
சொல்லுகிறேன் நவலோகம் இன்னங் கேளே.

பொருள் : கார சாரத்தினால் சித்தர்களில் ஒருவனாவாய். சாவதுவும் வாராது. 64 சரக்குகளும் கார சாரத்தால் சுழன்று மடியும்.

282 இன்னங்கேள் நவரத்தின முதலாயுள்ள
அனேககோடி இனங்களெல்லாம் வெண்ணீருகும்
நன்னிதமாய் செந்தூரம் மெழுகு கூட
நவிலுகிறேன் காரசாரந் தன்னலாகும்
பன்னதொரு சித்தருட ஆட்ட மெல்லாம்
பாரப்பா காரசார ஆட்டமாகும்
வின்னமாய் நூல்களிலே மறைத்த தெல்லாம்
விளம்பினேன் புலத்தியனே வெளியாய்த் தானே.

பொருள் : இந்த காரசாரத்தினுல் நவரத்தினங்களும் நீறிப் போகும். சித்தர்களின் ஆட்டமெல்லாம் இந்த நாத விந்தாலேயாம்.

283. வெளியான பானத்தை யுண்பீர் தானும்
விருப்பமுடன் உலகுதனில் உண்டோ வப்பா
வெளியான காரத்தை யுண்ண உண்ண
விளம்புகிறேன் முப்புரத்தைச் சுட்டுப் போடும்
வெளியாகச் சொல்லுகிறேன் காலனில்லை
விள்ளுகிறேன் ஆதியந்த அமுர்தத்திற்கு
வெளியான மதனப்பால் என்றும் பேரு
வீரமுள்ள அலகை யென்றும் பேரேயாமே.

பொருள் : அமுர்த ரசத்தை உண்ண உண்ண காலன் மாண்டு போவான். இதற்கு மதனப் பாலென்ற பெயருமுண்டு.

284. என்றுமே யமுரி யுண்டால் அநேக நோய்கள்
என் மகனே புலத்தியனே விரிட்டோடும்
அண்டருட தயவினுல் இக்கற்பத்தை
அன்பனே உனக்காக வெளியில் விட்டேன்
நன்றான வாலையாம் பருவம் தன்னில்
நாட்டினுல் கற்பமது வசமதாகும்
பண்டான வயது சென்ருல் வசமாகாது
பகருகிறேன் அண்டமெல்லாம் சுத்திப்பாரே.

பொருள்: அமுரியை சாதிப்பதினுல் அநேக நோய்கள் விறிட்டோடும். பருவத்தில் வாலையை அணுகினுல் கற்பம் வசமாகும்.

சொரூப குளிகை

285. பார்க்கவே குளிகை சொல்வேன் பின்னலப்பா
பாரினிலே திராவகத்தின் போக்கைக் கேளு
நேர்த்தியாய் நவச்சாரம் மேனி பூனீர்
நெடுங் கம்பி உப்போடு வெங்காரந் தான்

சீர்படிகம் பாறையுடன் யுருவி பன்னை
சிறப்பான பச்சை கற்பூரத்தோடு
ஓர்பத்து உப்பதுவும் வகைக்குத் தானும்
உத்தமனே சொல்லுகிறேன் பலந்தான் அஞ்சே.

பொருள் : குளிகை ஒன்று சொல்லுகிறேன் கேள். நவாச்சாரம், குப்பைமேனி, உப்பு, பூ நீர், வெடியுப்பு, கல்லுப்பு, வெங்காரம், படிகாரம், பாறையுப்பு, நாயுருவி உப்பு, பச்சை கற்பூரம், இந்த பத்து உப்புகளும் வகைக்கு ஐந்து பலம் எடுத்துக்கொள்ளவும்.

286. அஞ்சாமல் சொல்லுகிறேன் அமுர்தந் தானும்
அப்பனே நாலுபத்து படியில் தானும்
அஞ்சாமல் காரத்தை சூரணந்தான் செய்து
அன்பனே படியதுவும் அதிலே கொட்டி
அஞ்சாமல் கரைத்துமே சொல்லக் கேளு
அப்பனே மூன்று நாள் வைத்து தானும்
அஞ்சாமல் தெளிவிறுத்து சாலில் வார்த்து
அரிதாரம் வீரமுடன் கெளரி வெள்ளையாமே.

பொருள் : முன் சொன்ன உப்புக்களை எடுத்து பதினுன்கு படி அமுரியில் கொட்டி கரைத்து மூன்று நாட்கள் வைத்து தெளிவிறுத்து ஒரு பானையிலிடவும்.

287. வெள்ளையுடன் பூரம் லிங்கம் சிலையினேடு
வெண்மை சிங்கி ரசம் கெந்தி துரிசி யோடே
விள்ளுகிறேன் வகைக்கு பலமெடுத்து ஒன்ருய்
விருப்பமுடன் சீலைதன்னில் கிளியா யப்பா
நல்லாய் கேள் பொட்டணமாய் கட்டிதானும்
நவிலுகிறேன் முன்சாலில் தொங்க விட்டு
சன்னையில்லா சாலுதனை அடுப்பில் வைத்து
சாற்றுகிறேன் கமலாக்கினியாய் வன்னி போடே.

பொருள் : அரிதாரம், கெளரி, வெள்ளை பாஷாணம், ரசம் கெந்தி, பூரம், லிங்கம், மனேசிலை, துருசு இவைகளை வகைக்கு ஒரு பலமெடுத்து அரைத்து சீலையில் முடிந்து கிழிகட்டி முன் சொன்ன பானையில் தொங்கவிட்டு பானையை அடுப்பிலேற்றி கமலாக்கினியாய் நெருப்பைக் கொடு.

288. வன்னியிட்டு புகைய துவும் வாருமல் முன்
வருகின்ற நுரையகற்றி பொங்கா வண்ணம்
நன்னிதமாய் சரக்கதுவும் கரையாமற்றன்
நலமுடனே கணக்கு சென்று தீயை யாத்தி

உண்மையுடன் இறக்கியே கனல் மட்டிட்டால்
உறுதியுடன் எடுத்துப் பார் சரக்கெல்லாந் தான்
வண்மையுடன் கட்டி யிருக்கும் பாரு
வகையுடனே யதுகளெல்லாம் பிங்கான் தன்னில்

பொருள்: கிளியை தண்ணீரில் படாமல் (அமுரி) வைத்து எரிக்கவும். அமுரி பொங்கி வராது பார்த்துக் கொள். அனல் நிறுத்தி எடுத்துப் பார்க்க சரக்கு கட்டி இருக்கும்.

289. பிங்கானில் இட்டுமே ரவியில் வைத்து
பலமாக காய்ந்த பின்பு சரக்கு தன்னை
ஆங்கானும் சூரணமாய் செய்து தானும்
அப்பனே முன்பத்து உப்பு தன்னை
சாங்கமாய் சூரணித்து சொல்லக் கேளு
சாற்றுகிறேன் இருவகையும் தொந்தம் பண்ணி
பாங்கு பெற வாலை குடம் தன்னிலிட்டு
பகருகிறேன் செம்பாலே செய்த வாலையாமே.

பொருள்: எடுத்து பிங்கானிலிட்டு கன ரவியில் வைக்கவும். எடுத்து பொடி செய்துகொள். முன் சொன்ன பத்து உப்பும் பானையில் உறைந்திருக்கும். அதையும் எடுத்து பாஷாணங்களையும் ஒருமிக்கச் சேர்த்து அரைத்து பானை யிலிடவும். தாம்பரத்தில் ஒரு வாலை செய்து கொள்ளவும்.

290. செய்ததொரு வாலை குடம் மேலே மூடி
செப்புகிறேன் உளுந்துமா கொண்டு வந்து
உய்தமுடன் வெண் கருவால் அரைத்துத் தானும்
உத்தமனே சீலைதனில் தடவி நீயும்
அய்யனே புலத்தியனே கவசம் செய்து
அன்புடனே வாலுகையை அடுப்பிலேத்தி
ஒய்யார மாகவே வன்னி மூட்டி
உறுதியுடன் எரித்திடுவாய் உகந்து கேளு.

பொருள்: வாலையை குடத்தின்மேல் மூடி உளுந்து மாவை வெண் கரு விட்டரைத்து சீலை செய்து வாலையை அடுப்பிலேற்றி எரித்திடுவாய்.

291. உகந்துமே வாலையதின் வாயில் தானும்
உத்தமனே குப்பி தனை சாய்த்து வைத்தால்
ஜெகமகிழ திராவகந்தான் இறங்கும் பாரு
செப்புகிறேன் ரத்தவர்ணம் போலிருக்கும்

அகமகிழ கமலாக்கினியால் எரிக்க
அப்பனே தசனுழி கருக்கு ஏத்து
புகலுகிறேன் சூதமது கட்டிப் போகும்
புகழான காரத்தில் சாரம் விட்டே.

பொருள்: குப்பியை சாய்த்து வைத்து திராவகத்தை பிடித்துக் கொள்ளு. அந்த திராவகம் ரத்த வர்ணம் போலி ருக்கும். இத் திராவகத்தை சூதத்திற்கு கருக்குக் கொடுக்க சூதம் கட்டிப் போகும்.

292. விட்டரைத்து சூதமணி தனக்குத் தானும்
விருப்பமுடன் கவசமது செய்து அப்பா
இட்ட புடம் ஒரெருவில் முதல் புடந்தான்
இன்பமுடன் மறுபடியும் இரண்டு தன்னில்
சட்டமாய் பிறகு மூன்று எருவிலப்பா
சாற்றுகிறேன் மறுபடியும் நாலுவாகும்
திட்டமுடன் பிறகு ஐந்தெருவி லப்பா
தீரும் இந்தப்படியே தான் காரத்தாலே.

பொருள்: பிறகு காரசாரத்தை அரைத்து மணிக்கு கவசம் செய்து ஒரெருவில் புடம் போடவும். பிறகு மூன்று, நான்கு, ஐந்து எருவில் புடம் போடவும்.

293. காரத்தால் கவசமது செய்து தானும்
காட்டுகிறேன் புடத்திற்கு புடந்தான் மைந்தா
தீரமுடன் எருவேத்தி புடந்தான் ஐந்து
தீர்த்தாலோ குளிகைக்கு பஞ்ச தீக்ஷை
வீரமுடன் செய்ததினால் இதன் வேகத்தை
விளம்ப அது என்ன சொல்வேன் வாசி தன்னை
தீரமுடன் தானிழுத்து குளிகை தன்னை
தீர்க்கமுடன் வாயிலிட்டால் ஜடத்தைத் தூக்கும்.

பொருள்: இப்படி ஐந்து புடமிட மணிக்கு ஐந்து தீட்சை முடிந்ததாம். இதன் வேகத்தை சொல்லி முடியாது. வாயிலிட் டால் ஜடத்தைத் தூக்கும்.

294. தூக்குமிந்த முறை பதினெண் பேர் கருத்துத் தானும்
துரிதமுடன் பரீக்ஷித்தேன் புலத்தியனே அய்யா
நோக்கி இந்த திராவகத்தால் நவலோகங்கள்
தொடிக்கு முன்னே தான் பழுக்கும் நவ ரத்தினங்கள்
வாக்கு மனம் கொள்ளாத சத்துமாகும்
வாய்த்த தொரு திராவகத்தை பதனம் பண்ணு
தாக்கினால் சவங்கள்கூட எழுந்திருக்கும்
தன்மையற்று ஜெடஞ் சாத்யமானால் தானே.

பொருள்: இந்த முறை பரீக்ஷித்துப் பார்த்தது. திராவகத்தை ஜாக்கிரதையாய் பதனம் பண்ணு. அதனால் நவலோகங்கள் நொடிக்குள் பழுக்கும் நவ ரத்தினங்கள் நறும். சத்தும் எடுக்கலாம். இதை உள்ளுக்குத் தாக்கினால் சவம்கூட எழுந்திருக்கும்

295. ஆனால் கூடெழுந்திருக்கும் யீதுதானன்றி
அப்பனே உலகத்தில் சித்து முண்டோ
மாணு கேள் தாம்பரந்தான் பத்துக் கொன்று
மாட்டினால் தைலமது மாத்துப் பத்தாம்
வீணே தான் திரியாமல் இந்த வண்ணம்
இத்தயிலம் நவலோகம் நன்னிலமாய்
ஆமேதான் மாத்து பத்தரையே காணும்
அன்பனே நீ இந்தப்படியே பாரே.

பொருள்: மேற்படி தைலத்தை தாம்பரத்தில் பத்துக் கொண்டு தாக்கினால் மாத்து பத்தரையாகும்.

சொரூப குளிகை

296. பாரப்பா சொல்லுகிறேன் இன்னங் கேளு
வாலை ரசம் ஓட்டில் விட்டு அடுப்பில் வைத்து
நேரப்பா ஒரு மரத்தின் கொம்பால் தீ தான்
நிச்சயமாய் போட்டுமே கடிகை வைத்து
பாரப்பா திராவகந்தான் சுருக்கு ஏத்த
பகருகிறேன் நன்றாகக் கட்டிப் போகும்
நேரப்பா காரமென்ற கவசந் தானும்
நிச்சயமாய் சொல்லுகிறேன் அஞ்சுஞ் சூட்டே

பொருள்: வாலை ரசத்தை ஓட்டில் ஸைற்றி அடுப்பில் வைத்து திராவகத்தை சுருக்குக் கொடுத்துக் கொண்டு ஒரு ஜாதி விறகால் எரித்துவர கட்டும்.

267. கூட்டியே முன்போலே புடந்தான் அஞ்சு
சொல்லுகிறேன் போட்டெடுக்க ஜெடத்தைத் தாக்கும்
நாட்டமுடன் இப்படியே புடந்தனக்கு
நவிலுகிறேன் ஒவ்வொன்றாய் விராட்டி யேத்தி
சூட்டிடுவாய் நூறுதரம் சாரணைதான் தீர்த்து
சுகமாக வங்கமது சேருருக்கி
போட்டிடவே யக் குளிகை நீர்தான் வாங்கும்
புகலுகிறேன் அந்த வங்கம் பத்து மாத்தாம்.

பொருள்: கட்டிய சூதத்தை முன் சொன்னபடி கவசம் கட்டி புடம் போட்டு வாயிலிட ஜடத்தைத் தாக்கும். நூறு புடம் போட, அதாவது ஒவ்வொரு விராட்டி ஏற்றி புடமிட. விரியமான மஸியாம். ஒரு சேர் வங்கத்தை உருக்கி ஷெடி குளிகையை அதில் போட வங்கம் பத்துமாத்தாகும்.

298. மாற்றுன் இக் குளிகை பாலிலிட்டால்
மனமனென நீரெல்லாம் குடித்துப் போடும்
போற்றியே இதை நாவில் அடக்கம் பண்ணி
புகழாக அங் என்று வாசி தன்னை
பார்த்திபனே நாளிழுத்து சாதித்தாக் கால்
பகருகிறேன் ஒரு நொடியில் அண்ட மெல்லாம்
காத்து போல் தான் சுற்றி வரலாம் மைந்தா
காணப்பா இது சொருப குளிகைதானே.

பொருள்: இக் குளிகையை பாலிலிட்டால் மனமனென நீரைக் குடித்துவிடும். இதை நாவில் அடக்கி அங் என்று வாசியை இழுக்க ஒரு நொடியில் அண்டமெல்லாம் காற்று போல் சுற்றி வரலாம். இதுவே சொருப குளிகை.

299. தானென்ற இரும்பதனை நன்றாய்க் காய்ச்சி
தப்பாமல் திராவகத்தில் அணுவு குத்த
பானென்ற செம்பாகும் சூடவன் தன்னில்
பாச்சடா நூத்துக்கு ஒன்று தானும்
கோனென்ற வங்கத்தில் நூத்துக் கொன்று
கொடுத்துப் பார் வயது ஈரஞ்சாம் பாரு
தேனென்ற திராவகத்தில் குன்றி மாத்திரம்
அமுரியில் தான் ஊட்டி இரண்டு வேளைதானே.

பொருள்: இரும்பை பழுக்கக் காய்ச்சி மேற்படி திராவகத்தை அணுவளவு இட இரும்பு செம்பாகும். பித்தளையில் நூற்றுக்கொன்றும், வங்கத்தில் நூற்றுக்கொன்றும் கொடுத்தால் பத்து மாத்தாகும்.

300. இரு வேளை மண்டலந்தான் கொண்டா யானால்
இன்பமுடன் நரை திரைகள் அத்துப் போகும்
நரம்புகளும் இறுகி நன்றாய்க் கட்டும் கட்டும்
நவிலுகிறேன் திராவகத்தால் ஆகும் வேதை
கரையில்லை துறையில்லை தொந்தம் கோடி
கருணையுடன் நாலாண்டில் குளிகை தன்னை
உறுதியுடன் முடித்துக் கொண்டு சொல்லக் கேளு
உத்தமனே நினைத்த இடம் போய் பாரே.

பொருள்: ஷெடி திராவகத்தை குன்றியளவு அமுரியில் விட்டு காலை, மாலை இருவேளை ஒரு மண்டலம் கொள்ள நரை திரைகள் போகும். நரம்புகளும் முறுக்கேறி பலக்கும்.

பஞ்ச குண தீக்ஷை போதுமென்பது

301. பாரப்பா தசதீக்ஷை முடித்தால் நன்று
பாலகனே யில்லா விட்டால் சொல்லக் கேளு
நேரப்பா பஞ்ச கண தீக்ஷை போதும்
நிச்சயமாய் இந்த கற்பம் கொள்ளும் போது
சாரப்பா பத்தியந்தான் சொல்லக் கேளு
சாற்றுகிறேன் ஆவின் பால் அன்னமாகும்
பேரான காரமதில் சாரம் விட்டு
புலத்தியனே கரைத்துமே தெளிந்த பின்பே.

பொருள் : தசதீட்சை முடிந்தால் நன்று. இல்லாவிடில் ஐந்து தீட்சைகள் போதும். இந்த கற்பம் கொள்ளும்போது ஆவின்பால் அன்னமொன்றே சாப்பிட வேண்டும்.

302. தெளிந்த நீர் தனிலே சரக்கை யெல்லாம்
திறமுடனே தோளேந்திரம் கட்டித்தானும்
வெளிதனிலே நீ நாழி யெரித்திட்டாக்கால்
விதமுடனே கட்டியே சித்தி யாகும்
வெளியாக அந்தரங்க சத்தி பூஜை
விளம்பினேன் உனக்கு அப்பா உலகு தன்னில்
தெளிந்து பார் ஒருவருந்தான் காணார் காணார்
தீர்க்கமுடன் தச வருஷம் நீ தானப்பா.

பொருள் : காரமும் சாரமும் கலக்கி தெளிந்த நீர்தனிலே எந்த சரக்கையும் இழி கட்டி எரிக்க சுத்தியாகும்.

303. அப்பனே கற்பத்தை சாதிப்பாய் நீ
அரைகிறேன் அங்கமதில் காரசாரம்
தப்பிதங்கள் இல்லாமல் கண்டலப்பா
சாற்றுகிறேன் இயமன் இறந்து போவான் பாரு
ஒப்பாக சண்டனையும் செயிப்பதற்கு
உத்தமனே அமுரிதனை யன்றிதானும்
செப்புதற்கு அகிலமதில் வேறொன்று உண்டோ
சித்தர்களும் உரைத்த விதி முப்பு தானே.

பொருள் : அங்கத்தில் காரசாரம் சேருவதால் எமன் இறந்து போவான். அமுரிக்கு நிகர் ஒன்றுமில்லை. சித்தர்கள் சொன்ன முப்பு இதுதான்.

304. முப்பூவால் வைத்த நூல்கள் எல்லாம்
மோசமது வராது இன்ன விதமென்று
அப்பூவை அறியாமல் மாந்த ரெல்லாம்
அப்பனே புலத்தியனே மாண்டு போனார்

முப்புவே சத்தி சிவம் நாத விந்தாம்
உரைக்கிறேன் காரசார மதுவே யாகும்
ஒப்பாக மேல் கீழுமா யிருக்கும்
உண்மைதனை சித்தரெல்லாம் மறைத்து உரைத்தார்.

பொருள் : முப்பூ இன்னதென அறியாமல் மாந்தரெல்லாம் மாண்டு போனார்கள். முப்புவே சத்தி சிவம், நாத விந்தாம். அதுவே கார சாரம். அவை கீழ் மேலுமா யிருக்கும்.

305. மறைத்து வைத்த செய்திதனை பிரித்து உனக்கு
மன மகிழ்ந்து சொல்லுகிறேன் இன்னங்கேளு
துரியத்தை தான் கடந்து துரியா தீதம்
துரிதமுடன் தான் ஏறி அங் கென்றுந் தான்
உரைக்கிறேன் வாசிதனை ரேசித்து அப்பா
உண்மையுடன் நாசிதனில் வாசிதானும்
பரவியே நடவாமல் ஊதி யப்பா
பகருகிறேன் மதி கொண்டு தானும்.

பொருள் : வாசியை லயப்படுத்திக் கொள்.

306. கொண்டுமே மூன்றாண்டில் அரன் பாதத்தை
குறிப்புடனே தெரிசித்து வாசி தன்னை
நன்றாக சுழிமுனையில் சொல்லக் கேளு
நாட்டமுடன் கும்பித்து ரேசித்தப்பா
அண்டருட தயவினால் பூரகத்தில்
அன்பனே விளக்கேற்றி தெரிசித்தப்பா
சண்டனையும் ஜெயிப்பதற்கு முதலாண்டில் தான்
சார்ந்திருந்த கற்பத்தை சாதிப்பாயே.

பொருள் : முதலாண்டில் சொன்ன கற்பத்தை சாதிக்கவும்.

307. சாதித்து திங்கள் ஐந்து சென்றாலப்பா
சாற்றுகிறேன் அரவமது தீண்டினுக்கால்
ஆதியாய் அதுக்கு உன் விஷந்தான் ஏறி
அன்பனே மாண்டு போம் மேலும் கேளு
சாதித்து வரும்போது உந்தன் சாயல்
சாற்றுகிறேன் அரவத்தின் மேல் பட்டாக்கால்
தீதான சர்ப்பமது சாகுஞ் சொன்னேன்.
திருவான உன் நிழல் தான் முதலாண்டப்பா.

பொருள் : ஐந்து திங்கள் கற்பத்தை சாப்பிட்டு முடித்த பிறகு பாம்பு உன்னைக் கடித்தால் அதற்கு உன் விஷம் ஏறி மாண்டு போகும். தொடர்ந்து சாப்பிட்டாக்கால் உன் நிழல் பட்டாலும் பாம்பு மடிந்துவிடும்.

308. முதலாண்டில் மாத்திரந்தான் இருக்கும் ஞாயம்
முக்கியமாய் இரண்டு முதல் தூரப் போகும்
விதமுடனே ஐந்து திங்கள் போன பின்பு
விளம்புகிறேன் கார்கோடன் ஆகிலுந்தான்
முதலாண்டில் தான் கடித்தால் அதுதான் சாகும்
முக்கியமாய் இக் கற்பம் சாதித்து அப்பால்
விதமுடனே நாபி நஞ்சு பாஷாணங்கள்
விளம்புகிறேன் உண்டாலும் ஒன்றுமில்லை.

பொருள் : கார்கோடகன் கடித்தாலும் அதுதான் சாகும். நஞ்சு பாஷாணங்கள் உண்டாலும் ஒன்றும் செய்யாது

309. ஒன்றுமில்லை சங்கடங்கள் வாராதப்பா
உறுதியுடன் எந்த விதமாகிலுந் தான்
நன்றாக ஓர் தீக்ஷை பெற்ற பின்பு
நான் சொன்னபடியெல்லாம் சாக்ஷி பாரு
விண்டதொரு என் மொழியை உலகந் தன்னில்
விளுகப் பழித்தாலோ சொல்லக் கேளு
அண்ட யிடி விழுந்து தலை தெரித்துச் சாவார்
அம்புவியில் அவர்க்கு வினை அதிக மாகும்.

பொருள் : இந்நூலைப் பழித்தால் தலை தெரித்துப் போகும்.

உண்மை வெளியிட்டவர்களுக்கு சாபம் கூறல்

310. அதிகமாய் வருமப்பா இன்னங் கேளு
அரைகிறேன் நாத விந்தை வெளியிட்டோர்கள்
அதிகமாய் எழுபிறப்பும் கழுதையாகி
அப்பனே எழு நகரம் சேர்வார் பாரு
விதமுடன் இந்த கற்பம் கொள்ளுதற்கு
விளம்புகிறேன் காட்டிலென்ன மலையிலென்ன
வீடப்பா எவ்விடத்தி லிருந்தாகிலுந் தான்
விருப்பமுடன் சாதித்தால் நலமதுவே.

பொருள் : இக்கற்பம் சாதிக்க காட்டுக்கும் மலைக்கும் போக வேண்டாம். வீட்டிலிருந்தபடியே சாதிக்கலாம். இந்த நாத விந்து கற்பத்தை வெளியிடுவோர்கள் எழுபிறப்பும் கழுதையாகி எழு நகரம் சேருவாரே.

311. தலைவனாய் ஆனபின்பு சமாதி மூட்டு
தன்மையுடன் சகலசித்து ஆண்டு சென்று
பலமுடனே தான் வருகும் எல்லாந் தன்னுள்
பகருவேன் இருந்துபார் அறிவார் பாரு

தலைமையாய் இன்னூலின் வரலாறு சொல்வேன்
தன்மையுடன் நான் சொன்ன காப்பில் லக்ஷம்
பலமான கோடி சூத்திரமும் பார்த்து
பாரப்பா நாதாந்த ரகசியத்தைப் பாரே.

பொருள் : ஒரு வருடத்திற்குப் பின் சகல சித்தும் கிட்டும்.

அகத்தியர் கோபத்தால் ஏடுகளைத் தூவிவிட்டது

312. ரகசியத்தை இன்னூலின் சத்தியமாக
அனைவோரும் தானறிய வெளியாய்ச் சொன்னேன்
அகமகிழ சொன்னதினால் சித்தரெல்லாம்
அப்பனே திரளாகக் கூட்டங் கூடி
பகை கொண்டு எந்தன்மேல் கோபித்தப்பா
பாரெல்லாம் நான் நடுங்க பொதிகை வந்து
ரகசியமாய் எங்கள் நூல் கோலைச் சொல்ல
அய்யனே பண்பிதுவோ வென்று கேட்டார்.

பொருள் : இந்நூலில் சத்தியமாக அனைவோரும் அறிய வெளியாய்ச் சொன்னதினால் சித்தரெல்லாம் கூடிக்கொண்டு என்மேல் கோபித்தார்கள்.

313. கேட்டவுடன் எந்தனுக்கு கோபம் வந்து
இருமையுடன் பாடி வைத்த இந்த நூலை
நாட்டமுடன் நானெடுத்து புருவி யன்றோ
நானிலத்தில் காற்றதனில் தூவி விட்டேன்
நாட்டமுடன் அவர்களதைச் சேர்த் தெடுத்து
நன்றாக தான் பார்க்கும் போதிலே தான்
போட்டதொரு ஏடெல்லாம் பின் முன்னாக
போய்விடவே கலந்தப்பா பிறகுதானே.

பொருள் : நான் கோபம் கொண்டு ஏட்டைப் பிரித்து உதறி தூவிவிட்டேன். அதை அவர்களெடுத்துப் பார்க்கும் போது ஏடெல்லாம் பின் முன்னாக போய் விட்டது.

314. பிறகு எந்தனிடம் கொண்டு தானும்
பிரியமுடன் தான் பணிந்து கொடுக்க அன்றோ
திறமுடனே பாதை யந்தப்படியே தானும்
தீர்க்கமுடன் புத்தகமாய் சேர்த்து கட்டி
உறுதியுடன் கண்டு நான் நேர் படுத்தி
உத்தமனே பார்க்கும் வழியெல்லாம் சொல்லி
திறமான சித்தர்களை போய்வா வென்று
தீர்க்கமுடன் உத்தாரம் தந்திட்டேனே.

பொருள் : அதை நான் சேர்த்து ஒரு புத்தகமாகக் கட்டி விட்டேன்.

315. தந்திட்டேன் ஆதலால் இந்த நூலை
தன்மையுடன் கடையில் ஒருமுடிவிருக்கும்
விந்தையாய் முடியிலொரு முடிவிருக்கும்
வித விதமா யிடை யிடையிலுமே முடிவிருக்கும்
இந்த விதம் பல வித மாயிருக்கு மப்பா
இந்த நூல் உலகத்தில் கிடைத்தாலுந்தான்
சந்தயமோ பலனதுவுந் தெரியா தப்பா
சற்குருவால் வகை சொல்ல வேண்டுந் தானே.

பொருள் : ஆகவே இந்நூலில் முன் பின்னாக பல பாடல்கள் அமைந்துள்ளன. இது உலகத்தோர்க்குக் கிடைத்தாலும் உண்மைப் பொருளை குரு முகமாகத்தான் அறிய வேண்டும்.

316. வேண்டுமென்றால் உலகில் இந்நூல் கிடையாதப்பா
விதியினுட பயனாலே கிடைத்தாலுந் தான்
பூண்டு நான் சொல்லுகிறேன் கோடி தன்னில்
புகழாக ஒருவனிடம் இருக்கு மப்பா
மீண்டுமே இருந்தாலும் கொடார்கள் சொன்னேன்
முக்கியமாய் பெருநூலின் அதை யெல்லாம்
பூண்டுமே யின்னூலில் காணலாகும்
புலத்தியனே நான் சொன்ன ஆறு லக்ஷமாமே.

பொருள் : வேண்டுமென்றால் இந்நூல் கிடைக்காதப்பா. விதியினுடைய பயனாலேதான் கிட்டும் கிட்டினாலும் பிறருக்கு அதைக் கொடுக்க மாட்டார்கள்.

317. ஆறு லக்ஷம் குறுக்கியே பாதி சொன்னேன்.
அப்பனே அதைக் குறுக்கியே பொதிகை தன்னில்
திரமுடன் இருகாண்டம் சொல்லி வைத்தேன்
திர்க்கமுடன் அதைக் குறுக்கியே புலத்தியனே கேள்
வீரமுடன் பனிரெண்டாயிரம் தான் சொன்னேன்
விபரமுடன் அதைக் குறுக்கி சொன்னதைக் கேள்
சாரமுள்ள சௌமிய சாகரத்திேனாடு
சாற்றுகிறேன் அமுர்த கலைக்யானந் தானே.

318. தன்னோடு பூரணமும் மதி வெண்பாவும்
சாற்றுகிறேன் பத்தியாய் பூரணத்திேனாடு
உன்னிதமாய் பரிபாஷை பெரு நூல் ஞானம்
உத்தமனே தீக்ஷை விதி தசமாங் காண்டம்

நன்னிதமாய் பூரண சூத்திரத்திேனாடு
நவின்ற தொரு சாஸ்திரங்கள் சொல்லி வைத்தேன்
பண்டு போல் இதை யெல்லாம் பார்த்துப் பார்த்து
பண்புடனே ஒவ்வொன்றாய் பாடல் தானே.

பொருள் : (317–318) இவ்விரு செய்யுள்களிலும் அகத்தியர் செய்த சில முக்கியமான நூல்களைக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

319. பாடல் தான் ஒவ்வொன்றாய் பார்த்துப் பார்த்து
பகருகிறேன் இந்த அந்தரங்க தீக்ஷை
பாடல் சிலதிலே யிருந்த வண்ணம்
பார்த் தெடுத்துக் கோர்த்து வைத்தேன் இதைபோல் தானும்
நாடதனில் ஒரு நூலும் சொல்லா தப்பா
ஆனாலும் பிரம்ம குல வள்ளுவன் தான்
நாடதனில் இதைப் பார்த்து பார்த்துத் தேடி
நாடி நான் ஞான மென்ற பாதை யொன்றே.

பொருள் : இந்த நூலில் ஆங்காங்குள்ள பாடல்களை கோர்த்து அந்தரங்க தீட்சாவிதியென்ற பெயரைச் சூட்டினேன்.

320. பாதையிலும் சிலது மொழி மறைவாய்ச் சொன்னேன்
பகருகிறேன் சித்தரெல்லாம் யிந்த நூலை
சிதையென்றும் தங்களுடைய ஜீவனைப் போல்
சிறப்புடனே குகையில் வைத்து அடக்கம் பண்ணுல்
போதமிந்த சாஸ்திரந்தான் கொடுக்கப் போனால்
புலத்தியனே எல் வண்ணம் சித்தி செய்வார்
ஜோதி மேல் ஆணையப்பா சகல நூலில்
சொல்லியே மறைத்த தெல்லாம் வெளியாய்ச் சொன்னேன்.

பொருள் : பல நூல்களில் மறைத்துச் சொன்னதையெல்லாம் இந்நூலில் வெளியாய்ச் சொல்லிவிட்டேன். ஜோதியின் மேல் ஆணையிட்டுச் சொல்லுகிறேன்.

பிண்ட வரலாறு

321. சொன்னேனே யினி பிண்ட வரலாறு கேளு
சுகமுடன் சகல சாஸ்திரங்கள் தன்னில்
நன்றாக பிண்ட மொன்றே சொன்னதைக் கேள்
நாட்டமுடன் இரண்டான ஆண்டு தன்னில்
சென்று ஐந்தாம் திங்கள் தனில் வரும் புளிக்கு
சிறப்புடனே முதற் பிண்டமென்று பேராம்
உன்னிதமா யிருக்கும் இரண்டாம் பிண்டம்
உத்தமனே எழுக்கும் மூன்றும் பிண்டமாமே.

பொருள் : ஐந்தாம் திங்கள் வரும் புளிக்கு முதற்பிண்ட மென்றும் ஏழாம் திங்களில் வரும் புளிக்கு இரண்டாம் பிண்டம் மூன்றும் பிண்டமென்று பெயர்.

322. பிண்டமது எட்டுக்கு நாலாம் பிண்டம்
பிரித்துரைப்பேன் ஒன்பதுக்கும் ஐந்தாம் பிண்டம்
நன்றாக பத்துக்கு ஆறும் பிண்டம்
நாட்டுகிறேன் ஆறஞ்சிக் கேழாம் பிண்டம்
விண்டாலே ஈருருக்கு எட்டாம் பிண்டம்
விருப்பமுடன் ஏழாறுக் கொன்பதாகும்
அண்டருட தயவினால் ஏழே ழுக்கு
அப்பனே பத்தான பிண்ட மொன்றே.

பொருள் : எட்டுக்கு நாலாம் பிண்டம், ஒன்பதுக்கு ஐந்தாம் பிண்டம், பத்துக்கு ஆறும் பிண்டம், ஆறைஞ்சுக்கு ஏழாம் பிண்டம். பனிரெண்டுக்கு எட்டாம் பிண்டம், ஒன்பதாகும். நாற்பத்தொன்பதுக்கு பத்தான பிண்டமாமே.

323. என்றுமே நூல்களிலே சொன்னவாறு
இயம்பி விட்டேன் இது பிண்ட வரலாறு மாகும்
நன்றான பிண்டத்துக்கு அண்ட மென்றும்
நவின்றதொரு அண்டமே பிண்ட மென்றும்
விண்டார்கள் கால் தலையாய் தலையே காலாய்
இருப்பதால் சாகாத தலை தானென்றும்
உண்மையுட வேகாத கால் தானென்றும்
உத்தமனே வேகாத தலை தானென்றே.

பொருள் : பிண்டத்துக்கு அண்டமென்றும், அண்டத்துக்கு பிண்டமென்றும், சாகாத்தலை, வேகாக்கால், வேகாத் தலையென்று தலைகீழாய் சித்தர்கள் சொல்லிவிட்டனர்.

324. ஒன்றுமே சாகாக்கால் என்று பேராம்
என் மகனே பாஷையெல்லாம் சித்தரெல்லாம்
நன்றாக மறைத்து வைத்தார் சொல்லிவிட்டேன்
நாட்டுவேன் இனி யோக நிலையைக் கேளே
என்றுமே வயநமசிவங் கென்றுந்தான்
என் பிள்ளாய் புலத்தியனே ஊதிது தானும்
குன்றிலுறை திருவடியை தெரிசனம் பார்
கூறுகிறேன் சிங் கென சாதனை தான் செய்யே.

பொருள் : வயநமசி என்ற பஞ்சபூதங்களை மறவாதே.

சாதனை

325. தானதனில் இனமூறி நாசி நுனி மேல்
தன்மையுடன் நடன மென்றே சார்வை காணும்
தானே தான் அதிலுங் கேள் உள்ளுக்குள்ளே
தனதாக ரேசித்துக் கும்பித் தாது
தானதனில் ஆதியாய் சோதி காணும்
அப்போது அகண்ட வெளிதனிலே சேர்க்கும்
தான தனில் இருபத் தோராயிரத்து அறுநூறென்ற
தகுவான சுவாசத்திலே சொல்லக் கேளே.

பொருள் : சுழிமுனையில் மனதை வைத்து யோகஞ் செய்ய இருபத்தோராயிரத்து அறுநூறு சுவாசங்களும் கட்டுண்ணும்.

326. சொல்லக் கேள் ஒவ்வொரு கலையாய் வாங்கி
சுகமுடனே தேய்பிறை தானில்லா வண்ணம்
நல்லாக் கட்டினால் காணும் காக்ஷி
நவிலுவேன் அதன் பெருமை அநேகமுண்டாம்
விள்ளுவேன் வாசிதனைக் கொண்டு தானும்
விருப்பமுடன் சிவயநம வென்று மைந்தா
உல்லாச மாகவே நாடி பத்து
உறுதியுடன் நாசி நுனி பணிந்திடாயே.

பொருள் : அவ்வித வாசிப் பயிற்சி தசநாசிகளையும் உறுதிப் படுத்தும்.

குறிப்பு : சிவ தீட்சையென்பதே வாசிப்பயிற்சி (364-ஆம் பாடல் பார்க்கவும்.)

327. பணிந்துமே நமசிவய வென்று தானும்
பற்றுகின்ற நாட்டத்தில் மனந்தான் கொண்டு
அனுகினால் அவ்வும், உவ்வும் சித்தியாகும்
அப்பனே தாரைதனில் வாசி கொண்டு
கனிந்தூதி ரேசித்து பூரித்தன்றே
கருணையுடன் கும்பித்து நின்றிட்டாக்கால்
துணை யிருப்பார் பரமப்போதே கோடி
துரிதமுடன் ஓங்காரம் கொண்டுதானே.

பொருள் : ஓங்காரம் என்னும் மூலப்பொருளிலிருந்து அவ்வும், உவ்வும் உண்டாயிற்றென்பதை நீ அறிந்து கொள்வாய். அவைகளால் வாசி லயப்படும்.

328. கொண்டுமே வாசியது கூழ பாய
கூறுகிறேன் ஆகாரந் தன்னில் தானும்
நன்ருனதே அதனை பேசுவார்கள்
நவிலுவேன் காயசித்தி விட்டிலுந்தான்
செண்டு போல் வாசி கொண்டு ஊதினுக்கால்
சிறப்புடனே குருநாதன் நீயுந் தானும்
இன்பமுடன் இருவராய் இருப்பா யப்பா
இன்பம் வளர் அமுரியினுல் ஆண்டுக்குள்ளே.

பொருள் : காய சித்திபெற்ற உடலுள் வாசி லயப்பட்டு குருநாதன் என்ற பெயரை எடுப்பாய். ஓர் ஆண்டு அமுரி சேவிக்க இரண்டு கலைகளும் ஒருமிக்கும்.

329. ஆண்டுக்குள் தூல உடல் சூக்ஷ மாகும்
அப்பனே துவாத சாந்த வெளியுங் காணும்
பூண்டுமே வாலிபத்தில் கற்பங் கொண்டால்
புகலுகிறேன் மேனி வஜ்ஜிர காயமாகும்
வேண்டினுல் பூஜையது கார சாரம்
விருப்பமுடன் ஞானமது வேண்டினுக்கால்
ஆண்டுமே பான மூண்டு பழகிலன்ருே
அப்பனே உறக்கமது அற்றுப் போமே.

பொருள் : ஒரு வருடம் அமுரி கொண்டால் தூய உடல் சூட்சுமமாகும். கற்பத்தை வாலிபத்தில் கொண்டால் உடல் வஜ்ஜிர காயமாகும். உறக்கம் போகும். அதற்கு காரசார பூசை வேண்டும்.

330. அற்றுமே உறக்கமது போனுல் அப்பா
அன்புடனே நீயப்பா எக் காலத்தும்
பத்தியுடன் யோகத்தில் இருக்க வேண்டும்
புகலுகிறேன் யோகத்தின் விதியைக் கேளு
பக்தியுடன் உடலுயிரும் பிலக்கத் தானும்
பானத்தை ஆண்டு உண்டால் சாக்காடில்லை
முத்தி பெற பான மோர் ஆண்டு உண்டு
முக்கியமாய் ஜடலமதை வலுக்கச் செய்யே.

பொருள் : யோகமென்பது உடலும் உயிரும் ஒருமிக்க இணைப்பது. ஓராண்டு அமிர்த பானத்தைச் சாப்பிட உடல் வலுக்கும்

331. செய்துமே காரமும் இரண்டு ஆண்டிற்குன்
ஜெயத்தோடு காலையோடு மாலை யுண்டு
மெய்யாக வருடமது மூன்றும் போனுல்
மேன்மையாய் உதகமது பாயும் பாயும்

உய்யவே வகாரமும் ஆகு மப்பா
உறுதியுடன் தீக்ஷை பெற்ற யோகிகட்கு
மெய்யாக சொல்லுகிறேன் எக்காலத்தும்
மேன்மை பெற்ற புலத்தியனே அழிவே யில்லை

பொருள் : இரண்டு ஆண்டுகள் காலை, மாலை சாதித்து வருதல் வேண்டும். மூன்றும் ஆண்டு உள்ளிருக்கும் உதகம் பாயும்.

332. அழிவில்லை சரிகை யது முதலாம் தீக்ஷை
அப்பனே கிரிகை யது இரண்டாம் தீக்ஷை
அழிவில்லை யோகமது மூன்றும் தீக்ஷை
அப்பனே ஞான மது நாலாம் தீக்ஷை
சுழி காணும் நாலு தீக்ஷை முடிந்தாலப்பா
சிவன் இவனும் பேதமில்லை சொருப சித்தி
உமலஃதே யோனி யுட ஆசைத் தீயில்
விழுவதை நீ மறந்துவிடு உறுதியாக.

பொருள் : இடி கற்ப தீக்ஷைகள் முடிந்தால் அதுவே சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம், கற்பத்தை விட்டால் இதெல்லாம் கிடையாது.

3?3 உறுதியாய் தாரை கொண்டு ஊதினுக்கால்
யோக சாதனை யப்பா நிலைத்துப் போகும்
திறமதாய் ஆண்டப்பா முப் பாழுந்தான்
தீர்க்கமுடன் பாழதாம் பானங் கொள்ளு
வரவர வே கைப்பதுவும் மாறிப் போகும்
அப்பனே நாளுக்கு நாள் தேகந் தானும்
உரைக்கிறேன் காந்தியாம் உலகந் தன்னில்
முக்கியமாய் தசதீக்ஷை தன்னில் தானும்.

பொருள் : பானத்தைக் கொள்ள உடலிலுள்ள கைப்பு மாறிப்போகும். உடல் காந்தியாகும்.

கற்பம் துவக்குங் காலம்

334. தசதீக்ஷை தன்னிலொரு தீக்ஷை யென்ருல்
சாக்காடு தவறிப் போம் கற்பந் தானும்
துகங் கட்டி துவக்கவன்ருே வேண்டுமானுல்
சொல்லுகிறேன் துலாமாதம் துவக்க வேண்டும்
உசிதமுடன் பின்னெந்த மாதந்தானும்
உத்தமனே கூடாது உப்புனுலே
நகக்கியே கட்டு விட்டு கருவிதன்னை
நகலதுவும் பிரியால் தினமுந்தானே.

பொருள் : கற்பம் துவக்குவது ஐப்பசி மாதமாகும்.

335 தினம் தினமும் வாசிதனைக் கட்டு அப்பா
தீர்க்கமுடன் ஆண்டொன்றில் வாசி யெல்லாம்
தனதாக அடங்கிப் போம் சுழினை மாத்திரம்
தன்னுக்குள் நடக்குமடா வெளி வராது
சினந்தனக்கு இன்னமது அடிக்கடிக்கி
சொல்லுகிறேன் ஆகாது மூன்று மாண்டில்
இனமாக வாசி கொண்டு உள்ளே ஊத
இன்பமுடன் கிழிருந்து மேலும் பாயும்

பொருள் : ஆண்டொன்றில் வாசி அடங்கும்

336. மேலும் பாயும் கீழும் பாயும் சொல்லிவிட்டேன்
மேன்மையாய் முதலாண்டில் கற்பமுண்ண
தேர்வாசி அடங்கிப் போம் அடங்கடங்க
தேகமது சுத்தியாம் சொல்லி விட்டேன்
பான நவ துவாரக் குழி தன்னில் தானும்
பகருகிறேன் சுவாசமது ஓடாதப்பா
நீன் புவியில் ஆதி பொருள் வீட்டுக்குள்ளே
நிகழ்த்துகின்ற அழுக்கெல்லாம் முறியுந்தானே.

பொருள் : முதலாண்டில் கற்பமுண்ண தேகம் சுத்தியாகி சுவாசமது ஓடாது.

337. முறிந்துமே எண்ணெயதாம் கழன்று போகும்
முதலாண்டில் முழு வயிரத் தேகமாகும்
அறிந்து பார் ரெண்டாண்டில் வயிர முக்கால்
அப்பனே மூவாண்டில் காரம் பாரு
உறுதியுடன் மூவாண்டு முடிந்தா லப்பா
உரைக்கிறேன் தேவரெனப் பெயரு மாகும்
திறமுடனே கற்பமது முடியு மட்டும்
தீர்க்கமுடன் அரைவயிறு சாதமாமே.

பொருள் : உடலிலுள்ள எண்ணெயெல்லாம் கழன்று போகும். மூன்று ஆண்டுகள் உண்ண தேவனென்ற பெயருண்டாகும். கற்பம் முடியும்வரை அரை வயிறு சாதமே உட்கொள்ள வேண்டும்.

338 ஆமப்பா அதற்கு ஆகாது சொன்னேன்
அப்பனே அதுவு மொரு வேளையாகும்
போமப்பா உந்தனுட மலங்க ளெல்லாம்
போனுலோ முதலாண்டில் வர்ண மற்று
ஆமப்பா உனது ஜடம் ஆதித்தன் தான்
அப்பனே தங்கமயமாகியன்றே
போமப்பா உறக்கமது அற்றுப் போகும்
புகழான அமுரியினல் சொல்லக் கேளே.

பொருள் : அதிலும் ஒரு நாளைக்கு ஒரு வேளை சாப்பிட வேண்டும். அமுரியினல் ஒரு வருடத்தில் உறக்கம் அற்று ஜடம் சூரியன் போல் ஒளி வீசும்

339. சொல்லக்கேள் கருவு தொண்ணூத்தாரைச் சுட்டால்
சுகமாக தேகமதில் இருக்கா நின்ற
நல்லான சுவாசங்கள் ஒன்பதுந்தான்
நவிலுவேன் ஒளித்துப் போய் சுழினை மாத்திரம்
விள்ளக் கேள் நடக்கு மப்பா இல் வண்ணந்தான்
விளம்பு வேன் வெந்தணலால் சித்தியான
இத்தேகம் அனலுக்கும் நீருக்குந் தான்
அசையாது மூட்டினல் கற்பம் வரை தான்.

பொருள் : 96 தத்துவங்களும் பொசுங்கிப் போகும். சுவாசங்கள் சுழினையில் ஸ்தம்பித்து விடும். தேகம் அனலுக்கும் நீருக்கும் அசையாது.

340. கற்ப வரை சமாதியாஞ் சொல்லி விட்டேன்
கருதி ரெண்டு உருவாகும் போலேதானும்
உற்பனமாம் ஓராண்டில் புலத்தியனே அய்யா
உரைக்கிறேன் இருபத் தோராயிரத்து அறுநூறென்ற
சிற்றருக்கும் சுவாச மெல்லாம் ஒன்றுமாக்கி
சுழினைதான் உள்ளுக்குள் நடக்கும் பாரு
மாற்றி இனிமேல் அஞ்சனத்தின் முறைதனைக் கேளு
பாரப்பா பூரண சூத்திரத்தில் சொன்னேன்.

பொருள் : 21600 சுவாசங்கள் வசப்பட்டு சுழினை உள்ளுக்குள்ளே நடக்கும். ஓராண்டு கற்ப சாதனையில் இவ்விதம் ஆகுமென்க.

அஞ்சனம்

341. சொன்ன தொரு மைதனிலே சொல்லக் கேளு
சுகமான காரமது தைலம் வாங்கி
வின்னங்கள் இல்லாமல் அதிலே விட்டு
விளம்புவேன் மத்தித்து கையில் போட்டால்
அன்னவனின் செயல்படிக்குச் சொல்லக்கேளு
அப்பனே கோடி லக்ஷம் காதம் ஓடும்
சொன்ன தொரு இத்தயிலம் சேரா விட்டால்
துரிதமுடன் அந்த அஞ்சன மோடாதே.

பொருள் : பரிபூரணத்தில் சொல்லப்பட்ட மையை செய்து கொண்டு காரத்திலிருந்து தைலம் எடுத்து அதை மையில் விட்டு மத்தித்து கையில் போட்டால் கோடி லக்ஷம் காதம் அன்னவனின் செயல்படிக்குப் போகும்.

மறைப்பு மை

342. ஓடாது புலத்தியனே யினிமேல் தானும்
உண்மையுடன் மறைவு மை சொல்லக் கேளு
நாடதனில் பெருநூல் பூரணத்தி லப்பா
நான் சொல்லி வைத்த தொரு மறைவு மையில்
ஆடவே சித்து அப்பா சொல்லக் கேளு
அரைகிறேன் இரண்டாண்டில் ஐந்தாம் பிண்டம்
நாடதனில் தானெடுத்து தயிலம் வாங்கி
நாட்டமுடன் தான் விட்டு மத்தித்தப்பா.

343. மத்தித்து திலதமிட தேகந்தன்னை
மகிமையாய் மூன்றுலகும் காணுதப்பா
சித்தி பெற வேணு மென்றால் இந்நூல் தன்னில்,
செப்பினே தோர் மறைவு மையும் குளிகை பண்ணு
புத்தியுடன் அதின் மேலே சொல்லக் கேளு
புகழான அஞ்சனமும் வகாரம் பண்ணி
எத்திக்குந்தான் எதிரிவாய் சித்தன் என்றே
ஏதுபோ வென்று விட்டால் பிறப்பாய் நீயே.

பொருள் : நான் பெரு நூல் சூத்திரத்தில் சொல்லி வைத்த மறைவு மையில் ஐந்தாம் பிண்டத்திலிருந்து தைலம் வாங்கி மெ மையில் மத்தித்துக் கொண்டு நெற்றியில் திலகமிட மூன்றுலகத் திலுள்ளோர்கள் " உன்னைக் காணமுடியாது. இந்த மறைவு மையினால் ரச குளிகையும் செய்யவும். இதில் ரசவாதமும் சித்திக்கும்.

பிராணுயாம உண்மை

344. இறவாமல் இனி சொல்வேன் பிராணுயாமம்
எல்லோரும் சொன்ன மொழி தப்போ யில்லை
மறவாமல் நீ கேளு புலத்தியனே அய்யா
மகத்தான யோகமடா வாசி யோகம்
திறக்கவே யாருக்கும் வெளியாய்ச் சொல்வேன்
ஜெகத்திலே இதையறிந்தால் சித்தனுவான்
பிறவாதே பிறப்பிக்கும் பூரணத்தி னுன்னே
பேரான பிராணுய பெருமை கேளே.

345. கேளப்பா சித்தருட சாஸ்திரங்கள் எல்லாம்
கெடியான வாசியினுல் பிராணுய மென்பர்
நீறப்பா சில பேர்கள் மூலத் தியில்
நின்று நின்றாது பிராணுய மென்பர்

தாளப்பா சில பேர்கள் சக்கரத்தில்
தாக்கியல்லோ வைத்த தொரு பிராணுய மென்பர்
நானப்பா யிது வெல்லாம் நாடி சித்தி
நலமான காயசித்தி யாகா வாறே.

346. வாறுன பிராணுய வாசி கேளு
வகையான பூரணமே முப்பத்தி ரெண்டு
ஆறுன கும்பகமே அறுபத்தினலு
அடவான ரேசகமோ பதினறப்பா
கூறுத மாத்திரையின் வகைக ளெல்லாம்
குறிப்பாக அறிந்து கொள்ளு மாத்திரையைச்
சொல்வேன்
தாரான நல்ல சுத்தி நொடிப்ப தப்பா
சமுசயங்கள் ஒன்றுமில்லை மாத்திரையு மொன்றே.

347. ஒன்றுன கடிகைக்கு மாத்திரையைக் கேளு
உத்தமனே முந்நூத்தி அறுபதாச்சு
நன்றுன பிராணுய மூன்றுஞ் செய்தால்
நலமான கடிகையே ஆச்சு தப்பா
கன்றுன பிராணுயம் சந்திரனில் வாங்கு
கலக்குமடா நரம்பெல்லாம் இறுகும் சித்தி
நன்றுன பிராணுயம் சித்தியாக
நாட்டினேன் முன்னமே தீக்ஷை பாரே.

348. பாரப்பா பிராணுய வகையைக் கேளு
பரிவாக சிவ தீக்ஷை பதினென்றுந் தான்
நேரப்பா லக்ஷியத்தை நிறுத்து வாங்கு
நேராகக் காலையிலே செய்வார் செய்வார்
காரப்பா மாலையிலே சத்தி தீக்ஷை
கலந்து பத்தும் லக்ஷியத்தில் கலக்கச் செய்வார்
ஊரப்பா இருந்தாலென் காட்டில் வாழ்ந்தா லென்ன
உத்தமனே சிவயோகி உரைத்துத் தேடே.

349. தேடியவர் பதம் போற்றி பிராணுயாமம்
செய்யுமென்று அடி தொழுது செப்பக் கேட்டு
நாடியவர் தசதீக்ஷை பிராணுயாமம்
நாட்டி வைத்தால் அவனுக்கு பிராணுயாமம் சித்தி
நீடி இதை விட்டு விட்டு உலகத்தோர்கள்
நேரான பிராணுயாமம் செய்து செத்தார்
கூடியிலை யறிந்தவனே ராஜ யோகி
குருவறியான் பிராணுயக் குருதானே.

பொருள் : தசதீக்ஷை முடித்தவனுக்கே பிராணுயமம் சித்தி யாகும். அதை விட்டு உலகத்தோர்கள் நேரான பிராணுயாமம் செய்தால் செத்தே போவார்.

350. குருடாகப் போகாமல் தீக்ஷைக்குள்ளே
கூடியல்லோ பிராணயாமம் செய்யும் போது
அருளான அருள் வந்து தன்னைத் தூக்கும்
அப்பவல்லோ காயசித்தி யாகும் தேகம்
மருளான மருளனைப் போல் தீக்ஷை விட்டால்
மண்ணுச்சு பிராணயம் ஒன்றுமில்லை
திருவான இப்பாடல் சித்த ரெல்லாம்
திருட்டு வித்தை பிராணயம் செப்பினரே.

351. செப்புகிறேன் பிராணயம் சித்தியாக
சிவன் சொன்ன கற்ப முன்னே தின்றிட்டால் சித்தி
ஒப்புடனே கற்பத்தை விட்டு நீயும்
யுகம் வரைக்கும் பிராணயம் பண்ணினாலும்
தப்புகிறேன் என்றல்லோ சீவன்தப்பிப் போகும்
சாதகமாய் கற்ப முண்டால் பலந்தான் கேளு
முப்புகிறேன் முன்னூற்றி யறுபத்தி ரெண்டு
மூதண்ட ருத்திறர் போலிருக்கும் பாரே.

பொருள்: பிராணயாமம் என்று பலர் கூறும் மேலும் மூச்சை இழுப்பர். பலர் பல விதமான மார்க்கங்களைச் சொல்வர். சக்கரமென்பர். அட்சரமென்பர். இவைகளெல்லாம் வீண். உயிர் தப்பிப்போகும். கற்பத்தை விட்டு யுகம் வரைக்கும் பிராணயாமம் செய்தாலும் சீவன் தப்பிப்போகும். பிராணயாமம் குருடனைப்போல் நான் சொன்ன மேற்படி திட்சையை விட்டால் மண்ணுச்சு. பிராணயாமம் வேறு ஒன்றுமில்லை. தசதீக்ஷையே பிராணயாமம் என்பதறிக.

ராசி வகை காண

352. பாரப்பா துலா மென்ற ராசியோர்க்கு
பருவாகச் சித்திக்கும் தீக்ஷை யெல்லாம்
தேரப்பா கன்னி யென்ற ராசி யோர்க்கு
நேராக மன முரைத்தால் சித்தியாகும்
சீரப்பா பத்துரைத்த ராசிக் கெல்லாம்
சித்தியாம் மனமுரைக்க மாட்டார் மட்டார்
காரப்பா தச தீக்ஷை வந்தோர் பாதம்
காராட்டால் ஒன்றுமில்லை கண்டுதேறே.

பொருள்: துலா ராசியிற் பிறந்தோர்க்கு தீக்ஷையெல்லாம் சித்திக்கும். கன்னியா ராசியினருக்கு சொல்லிக் கொடுத்தால் சித்தியாகும். மற்ற பத்து ராசியுடைவர்க்கு மனதை வெளிப் படுத்த மாட்டார். தசதீக்ஷை பெற்றவர்களின் பாதங்களை அணுக வேண்டும்.

353. தேறவே பிராணய கருவைச் சொல்வேன்
சதாசிவன் தான் எந்தனுக்கு உபதேசித்தார்
ஆரவே முந்தி முந்தி அப்பியாசிக்க
அடி தொடுத்து சொல்லுகிறேன் அப்பா கேளு
கூறவே மூலத்தி ல்வாசி கொண்டு
கோழி முட்டை போலிருந்து முக்கோணத்தில்
மாறவே யிடை பின்னும் ரெண்டும் ஓடும்
மற்றொன்று சுழிமுனைதான் மகிழ்ந்து கேளே.

354. கேளிந்த இடைகலையில் சிங் கென்று வாங்கி
கெடியாக வங் கென்று கும்பித்து நில்லு
நாளிந்தப்படி நீ தான் பழக்கம் பண்ணு
நலமான மூலத்தின் மேலே சாடி
தாளிந்த தாது வெல்லாம் சாந்தியாமே
சாதகமாய் யிரண் டொன்றில் தானே தானும்
ஆளிந்த வாசிக்கு அவ்வளவே சித்தி
அப்பியாச மார்க்கத்துக்கு கடிகை பண்ணு.

பொருள்: பிராணயாமம் என்பது சரப் பயிற்சியாகும். அதைப் பார்க்கும் வழியறிந்து பழக்கம் செய்துகொள்.

355. பண்ணவே பிராணய பலத்தைக் கேளு
பார்க்கவே ரோம மெல்லாம் வேர்வையாகும்
அண்மையிலே சிவ தீக்ஷை ரெண்டினூதி
அதற்குள்ளே பிராணயம் பண்ணும் போது
கண்ணையிலே ஜெடத்திலுள்ள தோஷமெல்லாம்
கக்குமடா நெய் போலே கண்டு பாரு
தண்ணியிலே மூன்றில் நின்று வருத்தம் தானும்
சதாசிவன் போல் பிராணயம் பண்ணித் தேறே.

பொருள்: மேற்சொன்னபடி சத்தி சிவதீக்ஷை செய்ய ஜெடத்திலுள்ள தோஷமெல்லாம் நெய் போலே கக்கும். பிராணனைப் பார்ப்பதே பிராணயாமம்.

356. கேளப்பா சட்டை யொன்று இரண்டு போகும்
கெடியான சிவதீக்ஷை நாவில் நின்று
நீரப்பா ஜடத்தினுள்ளே நேர்ந்து நின்றால்
நிலையற்ற நோயெல்லாம் நீராய்ப் போகும்.
ஆளப்பா சிவ தீக்ஷை அஞ்சினுள்ளே.
அடுத்து நின்ற பிராணயம் பண்ணப் பண்ண
நாளப்பா சட்டை தள்ளிப் போகும் போகும்
நலமான தேகமது கெப்பு மாமே.

பொருள் : சிவதீக்ஷை செய்யச் செய்ய சட்டை கழன்று தேகம் சிவப்பாகும். உடலிலுள்ள நோய்களெல்லாம் பொசிந்து போகும்.

357. சிகப்பாகும் கண்கள் ரெண்டும் இறுக்கும் தேகம்
சிவசிவா சக்கரங்கள் ஆறுங் காணும்
உகப்பாகும் பஞ்சகர்த்தாள் ஐவருந்தான் வந்து
உதவுவார் கேட்ட தெல்லாம் உதவி செய்வார்
தவப்பாகும் நிருவாணி யேவல் கேட்பாள்
சகல முதல் வாத மெல்லாம் தானே சித்தி
ஓகப்பாகும் குளிகை யிட்டால் ஓடும் வேகம்
ஓங்கி நின்ற அஞ்சு வித தீக்ஷை யிட்டே.

பொருள் : கண்கள் ரெண்டும் மினுக்கும். வாதம் சித்தியாகும். குளிகை சித்தியாகும். தேவர்கள் ஏவல் புரிவர்,

358. ஆட்டான சிவ தீக்ஷை ஆறில் நின்று
அப்பனே பிராணயம் பண்ணு வோர்க்கு
மூட்டான தாது விர்த்தி யெல்லாங் காணும்
மூதண்ட ஜடத்தி லொரு சட்டை போகும்
கூட்டான வினைகளெல்லாம் கழன்று போகும்
கூர்ந்து பார் சுழி முனையோ வெளியாய்க் காணும்
பூட்டான ஜெடமெல்லாம் தெரிச்சிப் போகும்
பொற் பதுமை போலவுந்தான் இருந்து பாரே.

பொருள் : சிவதீக்ஷை செய்ய தாது விருத்தியாகும். ஒரு சட்டை கழன்று போகும். ஜடம் பொற் பதுமை போலாகும்.

359. பாரப்பா சிவ தீக்ஷை ஏழினுள்ளே
பாடுவேன் பிராணயம் செய்யும் போது
நேரப்பா சட்டை யொன்று வெளுப்பாய் தள்ளும்
நிர்மலமாய் தீயினுட காந்தி தானும்
சேரப்பா என் மகனே வாவா என்பாள்
ஜெடமல்லோ விண்டது போல் துறந்து காணும்
ஆரப்பா யிது வரைக்கும் தீக்ஷை சொல்வார்
அவரவர்கள் செய்த தவத்தால் எய்துங் காணே.

பொருள் : அவரவர்கள் செய்த தவத்தால் ஷை தீக்ஷைகள் கிட்டுமென்க. ஏழு திட்சையில் ஒரு சட்டை வெண்மையாய்க் கழன்றுவிடும்.

360. எய்து மென்ற சிவ தீக்ஷை யெட்டி னுள்ளே நின்று
இதமாக பிராணயம் செய்வோர்க் கய்யா
நய்யு மென்ற ஜெடந்தானும் நினைத்தபடி யப்பா
நலமாக கூடு விட்டு கூடு பாயும்
கையுமென்று அறிந்தவர்க்குப் பானமாகும்
கண் திறக்க வொட்டாமல் லகிரி மீறும்
கொய்யுமென்ற பூவேது வாம கேது
கூடினர் நாதாந்த குறியில் தானே.

பொருள் : கூடுவிட்டுக் கூடுபாயும் சித்தி லபிக்கும். கண் திறக்க வொட்டாமல் லகிரி மீறும்.

361. தானென்ற சிவ தீக்ஷை ஒன்பதிலே நின்று
சாதித்து பிராணயம் செய்வோர்க்கு அய்யா
கோனென்ற ரவி போலே தேகமாகும்
கூப்பிட்டால் தேவரெல்லாம் வணங்கி நிற்பார்
பூனென்ற ஜெடம் போச்சு கயிலாய தேகம்
உந்தனுக்கு ஆச்சுதடா மைந்தா பாரு
வானென்ற வெளி யெல்லாம் நீயாய் காணும்
வார்த்தையினால் அஷ்டமா சித்தியாமே.

பொருள் : சிவதீக்ஷை ஒன்பது ஆண்டு சேவிக்க ஜடம் போய் கயிலாய தேகமாகும். அஷ்டமா சித்திகள் கைக்குள்ளாகும்.

362. சித்தியாம் சிவ தீக்ஷை பத்தில் நின்று
செய்வதற்கு பிராணயம் என்ன சொல்வேன்
பக்தியாம் தீபம் போல் ஜடமே காணும்
பாங்கான சுத்தியுமே நடுவ்வ யோடும்
அத்தியாம் கூட சிவனுக நிற்பார்
அப்பனே யிதுவல்லோ சொருப சித்தி
முத்தியாம் இது வரைக்கும் சித்தனுட்டு
முழுமோசம் குளிகை யென்று யேச்சிட்டாரே.

பொருள் : பத்து திட்சையாகில் சொருப சித்தி கிடைக்கும். சுத்தியை உடலில் வீசினல் நடுவே ஓடும். உடல் தீபம் போல் காணும்.

மௌனமென்ற ஏக தீக்ஷை கேசரி மார்க்கம்

363. ஏச்சிட்டார் சிவ தீக்ஷை பத்தையுந் தான்
இதமாக மறைத் தல்லோ வாசி யென்றும் சொன்னூர்
மாச்சிட்டு குளிகை யென்றூர் காய சித்தி யென்றூர்
மாய்கை போல் ஒளித்தல்லோ மாயஞ் செய்தார்

ஓச்சிட்ட நூல்களிலே தீக்ஷை இல்லை
உத்தமனே ரசவித்தை பாடினார்கள்
வாச்சிட்ட தச தீக்ஷை பெற்ற பின்பு
மௌன மென்ற தீக்ஷையைத்தான் மருவிக் கேளே.

பொருள் : வாசியென்று சொன்ன தெல்லாம் தசதீக்ஷையாம். அதாவது எட்டிரண்டு என்பதை உடலில் சேர்ப்பதாம்.

364. கேளப்பா அகண்டத்தில் மௌன தீக்ஷை
கொடியான கேசரியால் காணும் காணும்
நாளப்பா மந்திரங்கள் ஒன்றுமில்லை
நாளில்லை பாலில்லை நாளென்ப தில்லை
சூளப்பா அகண்ட வெளி கோடி பானு
சுடர் கோடி காந்தியைப் போல் தோற்றும் தோற்றும்
வாளப்பா யிதுவல்லோ மௌன தீக்ஷை
மகத்தான இந்நூலே மாட்டும் பாரே.

பொருள் : மௌன தீக்ஷையென்பது வாயை மூடிக்கொண்டு ஊமையாய் இருப்பதல்ல. கேசரியென்றும் மந்திரங்க ளென்றும் சொல்லவதெல்லாம் பிறட்டு. தசதிட்சையே மௌன திட்சை.

365. மாட்டினால் கண்டத்தில் லகித்துப் போச்சு
மைந்தனே தானதுவும் அதுதான் ஆகும்
மூட்டினால் கற்பவரை சமாதி யாக்கும்
மூதண்ட ரிக்ஷிகளுக்கு அடுத்தவாறு
கூட்டினால்'மனம் வேறே பிரியொட்டாது
கூடிப்போய் பூரணத்தில் கூர்ந்து நிற்கும்
பூட்டினால் மௌன மென்ற தீக்ஷை யாச்சு
உத்தமனே பதினொன்று முடிந்தவாறே.

பொருள் : பதினொன்று திட்சையும் முடிந்தால் கற்பவரை சமாதியாக்கும்.

366. வாறான வுலகத்தில் விட்டகுறை யோர்க்கு
வந்துதென்றால் தச தீக்ஷை மைந்தா கேளு
மாறான சிவ சத்தி பூசை தன்னை
மெச்சியல்லோ அர்ச்சித்து சித்தி செய்து
கூறான வாத சித்தி பார்த்துக் கொண்டிருப்பாய்
கூறினால் பதினொன்றுங் கூறார்
மாறான பாபங்கள் ஒன்றுஞ் சொல்லார்
வந்தபேர் உலகத்தில் வாய் பேசாரே.

பொருள் : விட்ட குறையோர்க்கு தசதீக்ஷை வாய்க்கும். சிவசக்தி சேர்த்து சித்து செய்து, வாதசித்தி காயசித்தி செய்வதே திட்சையாம.

367. பேசாதே யிருந்து கொண்டு சமாதி பார்த்து
பிரிவான லக்ஷியத்தை தொட்டு தொட்டு
பேசாத பிராணயம் ஒத்தி யேத்தி
இழுத்திழுத்து விடுவார்கள் மறவாமல் தான்
ஓயாதே கற்ப முண்டு பிராணயத்தை
உணர்ந்து பார் நன்றாக புலத்தியனே ஐயா
வாசாதே தீக்ஷை வந்தோர் வாழ்ந்திருந்த வூரில்
வருகாது வருகாது வினைகள்தானே.

பொருள் : திட்சையை லட்சியத்துடன் முடி. ஏற்றி ஏற்றி இழுத்திழுத்து பிராணயாமம் என்று சொல்லி உலகத்தோர் மாய்வார்கள். தீக்ஷையை முடித்தவர்கள் வாசம் செய்யும் ஊரில் வினைகள் தாக்காது.

368. வினையில்லை அவரை நித்தம் தரிசனமே செய்யில்
வேதாந்த சாரத்தே மனமும் தேறும்
இணையில்லை யவர் மதத்தை போற்றி நிற்க
வேண்டியவர் மனது வந்து திரும்பு மட்டும்
வினையில்லை யுண்மையத்தே தச தீக்ஷை செய்யும்
வேதாந்த சிரோன்மணியே யுன்னைப் பார்த்தால்
வினையில்லை என்னுடைய உடல் பொருளும் ஆவி
விளங்கியதோர் உதகத்தில் தாரைபூதே.

பொருள் : தீக்ஷையை முடித்தவர்களின் தரிசனம் பெற்றால் வினைகளறும். உதகமென்ற அமுர்த ரசத்தில் நீ ரேசகம் செய்தால் வினையில்லை. தீக்ஷையை முடித்தவர்களின் தரிசனம் பெற்றால் மனம் தேறும்.

369. ஊதியவர் பதம் போற்றி தீக்ஷை கேட்டு
ஊதி நின்ற லக்ஷியங்கள் நன்றாய்க் கேட்டு
வாதியந்த லக்ஷியத்தில் பிராணயம் வைத்து
வாங்கிய தோர் தீக்ஷை விதி தன்னிலேறி
போற்றி யொன்று பிராணய தீக்ஷையொன்று
பொருந்தி இருப்பார் ஆண்டொன்றில் இதுதான் சித்தி
போற்றியிது பத்தாண்டும் தீக்ஷை பத்தும்
புகழாக செய்தவனே அரூபி யாமே.

பொருள் : பத்து திட்சையும் செய்து முடித்தவன் சொரூப சித்தியை அடைவானென்க.

370. ஆமப்பா தசவருடம் ஆர்தான் செய்வார்
ஆச்சரியம் ரிஷிசெய்வார் சித்தர் செய்வார்
ஓமப்பா உலகத்தோர் செய்யார்
உத்தமனே சொல்லி விட்டேன் இன்னங் கேளு

சோமப் பாலுண்டு ரெண்டாம் ஆண்டில்
சுகமான காரத்தை யந்தி சந்தி
நாமப்பா சொல்லுகிறேம் கொண்ட பின்பு
நாட்டமுடன் மூன்றாண்டில் சிவமாங் கேளே.

பொருள் : சோமப்பாலை (அமுரியை) காலை மாலை ஓராண்டு கொள். காரமென்னும் புளியை ரெண்டாமாண்டு காலை மாலை சாப்பிடவும்.

371. செய்துமே கேளப்பா இந்த வண்ணம்
சிறப்புடனே கொண்டாலோ தாளா தப்பா
உய்துமே அதனாலே முன்னே தானும்
உபாய மதாய் படிப்படியாய் ஏறத்தானும்
முழுதுமே பதினொன்றும் தீக்ஷை மட்டும்
முக்கியமாய் சொல்லி வைத்தேன் அந்த வண்ணம்
எய்துமே கொண்டாலும் கொள்ள லாகும்
இவ்வண்ணம் கொண்டாலுங் கொள்ளலாமே.

பொருள் : மேற்சொன்னபடி பதினொறு திட்சையையும் முடிக்கவும். கற்ப தீக்ஷை செய்யும்போது உபாயமாய் படிப் படியாக ஏறவேண்டும்.

372. கொண்டுமே வருவதற்கு இந்த நூலில்
குறிப்புடனே யினுக்கு இனுக்காய் பிரித்து யானும்
அண்டர் பிரான் தயவினால் சொல்லி வைத்தேன்
அப்பனே யிந்த நூல் இடைத்தா லப்பா
நன்றாக தீக்ஷைக்கு வழியும் காட்டும்
நலமான பிராணயம் வழியும் காட்டும்
பண்டுடனே அதில் சொன்ன மார்க்க மெல்லாம்
பாரப்பா நாட்டத்தில் இருந்து பாரே.

பொருள் : இந்த திட்சையின் விதிகளை குறிப்பு பார்த்து நடந்து கொள்வாய்.

373 நாட்டமென்ற பூரணத்தைக் காண வென்றால்
நன்மையுள்ள சற்குருவால் காண வேண்டும்
ஓட்டமென்ற ஓட்ட மெல்லாம் ஓடாதே நீ
ஒரு மனதாய் சுழி முனையில் உகந்து நில்லு
ஆட்ட மென்ற திரு நடனம் அங்கே யுண்டாம்
அன்பத்தோ ரெழுத்து முதல் எல்லா முண்டு
பாட்டை மிகப் பார்த்ததினால் என்ன உண்டு
பக்தி முத்தி வைராக்யமாகப் பாரே.

பொருள் : பூரணம் என்னும் ஆதிவஸ்துவை நூல்களில் படித்து அறிய முடியாது. அது சற்குருவால் தொட்டுக் காட்டவல்லதாம்

374. பாரப்பா உலகத்தில் ஞான மென்பார்
பரத்தின் இருப்பிடத்தைப் பாரார் பாரார்
சாகப்பா உலகத்தில் யோகம் செய்வார்
சார்ந்திருக்கும் பரஞ் சோதி தன்னைக் காணார்
ஊரப்பா குளிகை யென்றே உழலுவார்கள்
உத்தமனே உள்ளுயிரை அறிய மாட்டார்
கேரப்பா சரிதை யென்பார் தன்னுக்குள்ளே
நெருப்பாறும் திருக் கோயில் கண்டிலாரே.

பொருள் : உலகத்தில் ஞானம். யோகம் என்றெல்லாம் பிதற்றிக்கொண்டு நெருப்பாறும் சீவன் உள்ள இடத்தையும் அறியமாட்டார்கள். ரசகுளிகையைத் தேடி அலைவார்கள். ஆனால் தனக்குள் இருக்கும் உயிரை அறிய மாட்டார்கள்.

375. நெருப்பாறும் மயிர்ப் பாலம் கடந்தப்பாலே
நிலையாத கங்கையடா நிறுத்திப் போகா
இருப்பார்கள் அதுமயமாய் ஆடி யாடி
இன்ப நலம் பற்றுகிறார் ஆடி யோடி
குறிப்பாக கண்டவர்க்கே தெரியும் மார்க்கம்
கோடி ரவி சுடர் காந்தி கொண்ட வாட்டம்
வெறிப்பாகப் பூரணத்தை யறிவாய்ப் பார்க்க
வெட்ட வெளி யாகுமடா மனத்தைத் தேற்றே.

பொருள் : நெருப்பாறு, மயிர்ப்பாலம் கடந்து சுழிமுனை யென்ற இடத்திலுள்ளது கெங்கை. குறிப்பாக அதைக் கண்டவர்களுக்கே உண்மை மார்க்கம் விளங்கும்.

376. மனமான பூரணத்தை யார் தான் காண்பார்
மகத்தான குரு சொல்ல அறிய வேண்டும்
இனமான வாசியைத் தான் யார் தான் காண்பார்
இயல்பான யோகி சொல்ல அறிய வேண்டும்
குணமான குண்டலியைக் கண்டால் மைந்தா
குருவான பதிதலத்தில் கூடலாகும்
கனமான கண்டத்தில் அங் கென்றெட்டு
கருத்துறவே குறியை மெள்ளக் கருதிப்பாரே.

பொருள் : பூரணம் என்னும் ஓங்காரத்தை திட்சையை முடித்த யோகியின் மூலமே அறிய வேண்டும்.

377. பார்க்க வென்றால் தீப ஒளி பளிச் சென்றே தான்
பண்பாகக் காணுமப்போ கண் தான் கூசும்
மார்க்கமுடன் கண் கடுத்து கூசிற்றானால்
மருட் கொள்ள வுருட்டியே குறியிலேறு

ஏற்கை யினி யிப்படியே பழக்கமானால்
என்ன சொல்வேன் நந்தி பிரகாச மப்பா
சேர்க்கையுடன் அகாரம் உகாரம் ரெண்டும்
தினம் தோறும் செபித்தாலே சித்தனாமே.

பொருள்: அகர உகரங்களை தினந்தோறும் உடலில் சேர்ப்பவனே யோகி. அவனே சித்தன். அவனுக்கே தீப ஒளி பிரகாசிக்கும்.

378. சித்தனாய் இருப்பதற்கு அகார தீக்ஷை
ஜெபித்திடுவாய் ஆண்டொன்று தவராமல் தான்
முத்தரையும் தினந்தோறும் பழக்கமானால்
மூலத்தின் அக்கினிதான் முயன்று காணும்
வரிசை தப்பி விடாதபடி நின்றாயானால்
பாலகனே மூலவன்னி அகன்று போகும்
அற்றுதடா அசதி எல்லாம் கழன்று போகும்
அறுசுவையின் விறெல்லாம் அகன்று போமே.

379. போனபின்பு உகாரமதை மருவி யேறு
புத்தியுடன் ஆண்டொன்று அதன் மேல் தானும்
ஆனபின்பு நீர்கடுத்து வெட்டை மீறும்
ஆசனத்தில் வாய்வு நின்று பித்தம் மீறும்
ஊன் சுவையில் மனம் வெறுத்து திகைத்துக் காட்டும்
உத்தமனே யிப்படிதான் இருக்கு தென்று
கோனகுருவைப் புலத்தியனே விட்டிடாதே
கொண்டு மெள்ள ஏத்திவிடு வினை தில்லாதே.

பொருள்: உகார தீட்சை செய்தல் வேண்டும். அதனால் அறுசுவையில் வெறுப்புக் காணும். கனல் மீறி நீர்கடுக்கும். வெட்டை, பித்தம் மீறும். ஆசனத்தில் வாய்வு சேரும். ஆனால் பயப்படாது தொடர்ந்து அதை சேவிப்பாய்.

380. வினையான பிடையது பலத்த தானால்
வேண்டபடி காந்தத்தை விரும்பி பூட்டு
சுனையான சுனையெல்லாம் ஓடிப்போகும்
சுந்தரன் போல் உன் தேகம் துலங்கும் பாரு
முனையான சுழினை மேல் வாசி யேற்று
மூவுலகும் காணுதற்கு முனைமேல் நில்லு
துணையான என் நூலை தொழுது போற்று
தொழுது கைவிட்டு தொழுதாக்கால் மனம் பேயாமே.

பொருள்: ஒரு வேளை பிடை பலத்து விட்டால் காந்த செந்தூரத்தை சாப்பிடு. உடலிலுள்ள சுனைகள் கழன்றுபோகும்.

381. பேய் பிடித்து சாஸ்திரத்தை உலகத்தோர்கள்
பேணியே படித்திடுவார் பொருளைக் காணார்
வாய் புழுத்து நாய் போலே உலகத்துள்ளே
வலிவுகள் நெறி யறியாமல் மாண்டு போனார்
நோய்பிடித்த சித்தர் தான் அனந்த முண்டு
நோக்கியே யவர்களிடம் பேச வேண்டாம்
தாயறியாப் பிள்ளை யிடம் பேச வேண்டாம்
தன்மையுடன் பூரணத்தைக் காணலாமே.

பொருள்: உலகத்தோர்கள் பூரணத்தை அறியாமல் சாத்திரங்களைப் படித்து அலைவார்கள். அவர்கள் தாயை அறியாத மூடப்பிள்ளைகள் போலாவர். அப்படிப்பட்டவர்களிடம் பேசாதே. அவர்கள் நோய் பிடித்தவர்கள்.

382. காணப்பா ஆதியந்தம் பொருளைத் தானும்
கருவாகத் தானறிந்து கருவைப் பற்றி
பூணப்பா ஒரு மனதாய்ப் பூணு பூணு
புத்தியுடன் அண்டத்திலே பொறிகள் தோன்றும்
தானப்பா தன்மையாய் நின்ற பொறிகள் தன்னில்
சக்கரமும் அட்சரமும் தானே தோன்றும்
தோணுமப்பா அமிர்தமென்ற அமிழ்தந் தோன்றும்
தெளிவான அமிர்தம் உண்டு தெளிந்து பாரே.

பொருள்: ஆதி அந்தங்களை அறிந்துகொள். அமிர்தத்தின் நிலையை உணர்ந்துகொள். பிறகு சக்கரங்களும் அட்சரங்களும் என்னவென்பது புலப்படும்.

383. பார்க்கிலே அண்ட பகிரண்ட மெல்லாம்
பண்பாக பூரணத்தில் உதித்தவாறு
கார்க்கையிலே பூரணத்தில் அருவி பாய்ந்து
கலப்புற்று தாபரங்கள் பதிந்தாற் போலே
சேர்க்கையிலே மதிதானும் தெளிவாய் மைந்தா
சூரியனில் ஆரறியப் போறார் காண்பார்
ஏற்கையுடன் அகாரமதில் உகாரம் தோன்றில்
இன்பமுடன் மகார மொடு விந்து நாலே.

பொருள்: அண்டபகிரண்ட மெல்லாம் ஓம் என்ற பூரணத்தில் உதித்த தப்பா. அகரமதில் உகரம் தோன்றும். இவை இரண்டிலும் மகரம் தோன்றும்.

384. நாலான விந்து விலே யறந்தான் சோமன்
நாட்டிப்பார் திரோதி யொடு நாதாந்தான்
மேலான உகாரமதில் சத்தி யோடு
வியாபினியும் சமனை முதல் உன் மனதில் ஊணிப்பாரு

சேலான கருணை தரும் வாம ரூபி
சேர்க்கையுள்ள அந்தம் முதல் அனாதியோடு
காலான அநாதி யொடு நாதந்தான்
கண்டு பார் சிவகலையை காட்டினேனே.

பொருள் : விந்து சோமன். நாதம் சந்திரன். அவளே சத்தி வாமரூபி. அனாதியும் அந்தமும் சேர்ந்ததுதான் சிவகலை.

385. ஆமப்பா சோடசத்தின் கலையுள்ளாகி
அருள் தீபம் நோக்குதற்கு திறவுகோல் தான்
ஓமப்பா உகரந்தான் மின் போல் மின்ன
உறு மூல நாடியிலே முழங்கி நிற்கும்
நாமப்பா அகாரந்தான் ஹிருதயத் துள்ளே
நாடியே அக்கினி போல் பிறையே வீசும்
தாமப்பா மகாரந்தான் கண்டத்துள்ளே
தயவான மதி கோடி காந்தியாமே.

பொருள் : அகாரம் பிறை போலே இதயத்துள்ளே ஒளி வீசும் உகாரம் மின்போல் மின்னும்.

386. காந்தியாம் விந்துவப்பா மின்போல் வீசி
கண்ட மேல் அங்குலம் போல் கடந்து காணும்
காந்தியாம் புருவநடு சார்ந்த காலம்
சந்திரன் போல் வீசும் சம்புங் காணும்
பத்தியமாய் தினந்தோறும் பழக்கமானால்
பார் மகனே கற்பூர தேகமாகும்
சேர்ந்து பார் இதற்கு மேல் அங்குலம் மூன்றால்
செப்புகிறேன் சோடசத்தின் கலைதானுமே.

பொருள் : அகாரமென்ற விந்து கண்டத்தின்மேல் ஓர் அங்குலம் கடந்து காணும். பத்தியமாய் இதைச் சேவித்தால் கற்பூர தேகமாகும்.

387. ஆமப்பா புகைபோலே ரூபமாகும்
அதினோடு சேர்ந்தாக்கால் உந்தன் தேகம்
போமப்பா சுத்தி நழு அதற்கு மேலே
புகழாக மூன்று விரல் கடந்தா யானால்
நாமப்பா நாற் கலை மாணிக்கம் போல
ஒளி வீசும் கால் மாறி ஊணிப் பாரு
ஆமப்பா நாதாந்த உச்சி மீது
நாடுவாய் மின் கோடி ஒளியே யாமே.

பொருள் : சோடசத்தின் கலையின் ரூபத்தை சொல்லு கின்றேன் கேள். அதன் ரூபம் புகை போலிருக்கும். அதை உடலில் சேர்த்தால் கோடி சூரியப் பிரகாசமாகும்.

388. ஒளியாகும் மாத்திரைதான் அரைக்கால் வைத்து
ஊணிப்பார் பிடித்த விடம் பொய்யாய்ப் போகும்
அழியாத பேரின்ப மோட்ச வீடு
அது கடந்து அங்குலம் கால் அப்பால் செல்ல
கழியாத சுத்திக் கலை ரவி போல் மின்னி
காணுமடா மாகாணி மாத்திரை தான் வைக்க
தளிர் வாய்ந்த கூர் போலே உந்தன் தேகம்
தானாகும் சத்தி யடி மருவிக் காணே.

பொருள் : சத்தியை யடிபணிந்தால் தளிர் போல உன் தேக மாகும். (வாசியின் அடக்கத்தை ஷெடி நான்கு பாடல்களில் சொல்லப்பட்டுள்ளது).

389. மருவியே அங்குலம் நால் கடந்து பார்த்தால்
மைந்தனே விபர் மனி யுன் கலை தானின்று
அருவே ஆதித்தனொளி போல் வீசும்
அரைக் காணி மாத்திரை தான் அங்கே நீயும்
மருவியே தோத்திரஞ் செய் மௌனத்தாலே
மகத்தான சித்தி முத்தி வருநந் தானே
வருகுமடா சித்தி முத்தி பிராணாயத்தால்
வாசியென்ற பிராணாயம் அறிந்தவனே சித்தன்.

பொருள் : வாசியென்ற பிராணாயத்தின் உட்பொருளை அறிந்தவனே சித்தன், சித்தன்.

அமுரியின் அளவு

390. தானான உச்சி வெளி கடந்தப் பாலே
சமன் கான தழதழத்து ரவிபோல் மின்னும்
மானான மாத்திரை தான் கால்மாகாணி
மனக் கண்ணால் தன் கண்ணை மருவிப்பாரு
தேனான தேகமப்பா ஒளி போல் காணும்
திறமாக உன்மனையே மருவிப்பாரு
கோனான ரவி கோடி ஒளிபோல் வீசும்
குணமாக அரைக் காணி மாத்திரை தான் ஓதே.

பொருள் : நீ சேவிக்கும் அளவு கால்மாகாணி. அதனால் உன் தேகம் ஒளிபோல் காணும்.

391. ஓதப்பா வொளிபோலே உந்தன் தேகம்
ஒன்றுமில்லை பிடித்த விடம் பொய்யாய்ப் போகும்
நாதப்பா அண்ட பகிரண்ட மெல்லாம்
நாடலாம் ஓடலாம் அனேகஞ் சித்தி

நீ தப்பா ஆதாரம் ஆறில் நின்றால்
நிலைத் தப்பா தேகமது கல் போல் காணும்
வாத மப்பா ரகசியமாய் வாசி யோகம்
வரைந்தாக்கால் சமாதிக்குள் வழியுமாச்சு.

பொருள்: நாதத்தால் அநேக சித்திகள் உண்டாகுமென்க தேகமும் நிலைத்துக் கல்போல் காணும்.

392. ஆச்சப்பா இதிலொன்று தவறிவிட்டால்
அரகரா எடுத்த சித்து பொய்யாய்ப் போகும்
மாச்சப்பா போகாதே மைந்தா சொன்னேன்
மந்திரந்தான் ஆரறிவார் மைந்தா கேளு
மூச்சப்பா ஓங்காரம் அதனுள் விந்து
மூட்டினால் திரிகோண முனையுங் காணும்
காச்சப்பா மணிக்குளிகை முடிப்பிக்கும்
கசடறவே ஆண்டொன்றில் அதுவுஞ் சித்தே.

பொருள்: நான் சொன்ன பொருள் ஒன்றிலும் தவறி விட்டாயாகில் சித்து பொய்யாய்ப் போகும். மந்திரத்தின் பொருளை யாரறிவார். ஓங்காரத்தின் உள்ளிருக்கும் விந்து வாலல்லவோ குளிகையை முடிக்க இயலும்.

393 சித்திக்கும் குரு முனியைச் சொல்லக் கேளு
சிவயநம அவ்வோடே உவ்வுங் கூட்டி
முத்திக்கும் பாதையிது மைந்தா சொன்னேன்
முனை நடுவாய் சுழிமுனையிலே முத்தி கண்டேன்
சத்திக்கு சவ்வுண்டு சித்தியாகி
சதாசிவமாய் யவ்வுண்டு அமைந்த தப்பா
புத்திக்கு மொழி போலே ஒன்றாய்க் காணும்
பாங்கு பெற அஞ்செழுத்தும் பணிந்திடாயே.

பொருள்: அஞ்செழுத்தால் மூன்றெழுத்தை பாரு. அதுவே அகரம், உகரம், மகரம் எட்டெழுத்தென்பது அகரம். அதுவே சுயம்பு லிங்கம். ஐந்தெழுத்தில் ஓரெழுத்தாகிய அகரத்தைத் தாக்கினால் பஞ்ச பூதமாகிய ஐந்தெழுத்துக்கும் உயிர் வந்த தென்பதாம்.

394. பணிந்திட்ட அஞ்செழுத்தால் மூன்றெழுத்தைப் பாரு
பாங்கான எட்டெழுத்தும் வாலையாச்சு
கனிந்திட்ட எட்டெழுத்தாய் மனதைப்பாரு
கருவான சுயம்பு லிங்கம் கண்ணில் காணும்

தனிந்த நிட்ட அஞ்செழுத்தை பிடித்து வாங்கி
தலையான ஓரெழுத்தைத் தாக்கிப் பார்த்தால்
அணிந்திட்ட அஞ்செழுத்துக்கு உயிரே யொன்று
அரகரா ஓரெழுத்தை யார் காண்பாரே.

பொருள்: சிவாயநம வென்னும் மந்திரம் அகாரமாகும். அதுவே உகாரமாகும்.

395. காணாதே எவராலும் மூல சூக்ஷம்
காண்பவரே சிவ யோகி ஜீவன் முத்தர்
பூணுத யுலகத்தில் மாண்பர் கையால்
போக்கோடே யேறுதற்கு பொருளைக் காணு
தோணவே எவராலும் காணப் போமோ
சுழி திறந்து மேலாகும் சுடர் விட்டாப் போல்
பேணரிது என் மகனே மனம் பேயாகும்
பின்னறிந்து முன்னறிந்து குருவைக் காணே.

பொருள்: மூலசூட்சம் காண்பவரே சிவயோகி. சிவன் முக்தர். சுடரைப் போல் விளம்பும் அதை அறிந்து கொள்ள குருவைக் காணு.

396. காரப்பா களங்கமின்றி சுழினைக்குள்ளே
கற்பூர தீபத்தில் கருத்தோடொத்து
ஏறப்பா வாசி கொண்டு கனலைத் தூண்டி
எண்மக்கான் நிராதாரம் கலந்தப்பாலே
சேரப்பா சுழினை பற்றி விட்டகாலைச்
சேர்ந்தே தான் பாகம் விட்டு பார்த்துக் கொள்ளாய்
நேரப்பா மனந்தனையும் நேரொட்டாது
நிலைத்தவனே சிவயோகி நீ தான் பாரே.

பொருள்: வாசியென்னும் தீக்ஷயினால் நிராதாரம் சுழினை சுடர்விட்டு விளங்கும்.

397. பாரப்பா வசிய வென்றும் வசி யென்றும்
பண்பாக சிவய வென்றும் மூன்று திறமாற
நேரப்பா பிராணயம் ஒன்ற தாச்சு
நேர்ந்தே தான் இரண்டு தான் நீர்த்தாயானால்
ஆரப்பா உன் திரேகம் பொன்னிறம் போல் காணும்
அரகரா அமிர்தமது சுசித்து பாயும்
கூறப்பா பிராணயம் நேமம் யேமம்
கூடியே யோகத்தில் குறிகண் நாட்டே.

பொருள்: அகர உகர தீக்ஷையை (சிவசக்தி) முடித்தால், அதுவே பிராணயம். அமிர்தம் சுசித்து பாயும்.

398. நாட்டியே யோகத்தில் குறிகள் நாட்டு
நலமாக கும்பமென்ற நாதத்துள்ளே
கூட்டவே ஓம்-ஆம்-ஊம் என்றே யோது
குறிப்பாக உம்-அம்-ஓம் என்றே யோது
ஆட்டவே அஷ்ட சித்தி எழுத்து இதாச்க
அஞ்செழுத்து இதனோடே அப்பா மாறு
நீட்டவே எட்டெட்டு தொழிலு மாகும்
நீ நினைத்து கேட்டதெல்லாம் தருகுந்தானே.

பொருள் : எல்லா மந்திரங்களும் பஞ்சாட்சரமும் ஒ-அ-உ என்பதாம்.

399. தருகுமப்பா சிவவாலை எழுத்துக் கூட்டி
தாக்கினால் அஷ்டகர்மந் தானே யாகும்
வருமப்பா வாத சித்தி காய சித்தி
அரிதான யோக சித்தி ஞான மெய்தும்
உருகு மப்பா ஓங்கார மதனிற் பூட்ட
ஒரு கோடி நூல்களிலே தெளிந்தார் சித்தர்
பருகு மப்பா சிவவாலை எழுத்து மாறி
பாடினார் சாஸ்திரங்கள் பார்த்துத் தேறே.

பொருள் : சிவவாலை என்பது அகரமாம். அதை ஓங்காரத்தில் சேர்க்க வாதசித்தி, காயசித்தி, யோகசித்தி வாய்க்கும்.

அமிர்த சஞ்சீவி கற்பம்

400. தேறவே சத்தி சிவம் இன்னூல் காட்டும்
ஜெகத்திலே இன்னூல் போல் செப்பாதப்பா
தேரவே ஆயிரத் தெண் மலருக்குள்ளே
நிற்குமடா அமிர்த மங்கே நீதான் கொள்ளு
கூறவென்றால் நாவேது பாரங்கேது
கூடினால் வாசி சென்று வெளிபோல் காணும்
ஆறவே சொல்லி வைத்தேன் அஷ்ட சித்தும்
அய்யனே சொன்னதைத் தான் அருந்திப் பாரே.

பொருள் : சத்திசிவம் ஆயிரத்தெண் மலருக்குள்ளே நிற்கும். அதில் அமிர்தம் நிற்கும். அதையேதான் நீ கொள்ளவேண்டும். அங்கே வாசி வெட்டவெளி போல் தோன்றும்.

குரு முடிக்க
இடம் பொருள் ஏவல் வேண்டு மென்பது

401. பாரப்பா குரு முறையைக் காண வென்றால்
பாடு மெத்த பாடு மெத்த மைந்தா மைந்தா
ஆரப்பா அறிவார்கள் குருமுறை தானப்பா
அதற்குமொரு இடம் பொருள் ஏவல் வேண்டும்
நேரப்பா பொருளதுவும் கிட்டித்தானால்
நேர்மையுடன் அடக்கமதா நீ யிருந்து
தேறப்பா உலகத்தில் இருந்து தேறு
ஜெகத்தோர் காணாத முறை அறிவாய் தானே

பொருள் : குருமுறையை அறிந்து அதை முடிக்க இடம் பொருள் ஏவல் வேண்டும். உனக்கு அப்பெரும் பொருள் கிடைத்ததானால் அடக்கமாயிரு ஜெகத்தோர் அறியாது இருந்து தேறு.

402. தானென்ற நாத முறை அறிய வென்றால்
தப்பாதே வெகு பாடு பாடு மெத்த
கோனென்ற சற்குருவால் காட்ட வேண்டும்
குறிப்பாக கைமுறையாய் அறிய வேண்டும்
தேனென்ற இடம் வேண்டும் பொருள் தான் வேண்டும்
சித்தம் மனது ஒன்றான சிஷ்யன் வேண்டும்
மானென்ற மனதுறுதி பழக்கத்தாலே
மகத்தான நாமத்தை யறியலாமே

பொருள் : நாதமுறை அறிவதற்கு வெகுபாடு பட வேண்டும். சற்குருவால் காட்டப்பட வேண்டும். கைமுறைகள் குருவால் அறியவேண்டும். அதற்குப் பொருள் வேண்டும். மனமொத்த சிஷ்யன் வேண்டும். அவைகளைச் செய்து தேற வசதியான இடம் வேண்டும்.

403. ஆமப்பா நாத விந்து செய்து காணார்
அரகரா குரு விடத்தில் காணலாகும்
நாமப்பா விந்துவை நாத மென்றும்
தயவான நாதத்தை போத மென்றும்
நாமப்பா வென்று சொல நாதம் நாதம்
நாட்டினேன் இன்னூலால் நாத வாழ்வு
ஓமப்பா சொல்வது போல் ஒரு நூல் சொல்லா
ஒழுக்க மென்ற இன்னூல்தான் அந்தரங்கம்.

பொருள் : நாதவிந்துவை குருவின் துணையின்றி செய்ய முடியாது. விந்துவை நாதமென்றும், நாதத்தை விந்து வென்றும் சொல்வது சித்தர்களுக்குப் பழக்கமாயுள்ளது.

404. இந்த நூல் அந்தரங்க தீக்ஷைக்குள்ளே
இயம்பாத கருவை யொன்று இல்லை யப்பா
சுந்தரமே பரிபாஷை தன்னைப்பாரு
சூட்டி வைத்த கருவெல்லம் ஆதியந்தம்
சந்தயங்கள் தானேது சாக்ஷிதானும்
சாத்தி வைத்த இந் நூலால் பாரு பாரு
அந்தரங்க தீக்ஷையடா அதிக சூக்ஷ்ம
அரிதரிது விளம்புவது கண்டு பாரே.

பொருள் : பல பெயர்களால் அழைக்கப்படுவ தெல்லாம் ஆதி அந்தந்தான். அதை அறிய பரிபாஷை நூலையும் பாரு.

405. பார்ப்பது தான் பருதியது சத்தியாகும்
பரிவான மதியதுவும் சிவமதாகும்
திகைப்புடனே சொல்லுகிறேன் சுடர்தான் அந்தம்
சிவ சிவா இம் மூன்றும் தெளிந்து கேளு
மூர்ப்புடைய சல்லியென்றும் சன்னுசி யென்றும்
மொழிந்தார்கள் பெரியோர்கள் சித்தரப்பா
கவர்புடைய சத்தியது பூமி நாதம்
குறியான சிவவிந்தது தான் ரவக்குள்ளாச்சே.

பொருள் : சக்தி பருதியாகும். மதி சிவமதாகும். சுடர் அந்தம். இதற்கு சல்லிவேர், சன்னுசியென்று பல பெயர்களைச் சித்தர்கள் சூட்டினர். சக்தியென்பது பூமிநாதம்.

406. ஆச்சப்பா நாத விந்து கூடி யொன்றும்
அணுகி நின்ற இடமது தான் சடந்தானப்பா
மூச்சப்பா தானடங்கி தியானம் செய்ய
முறைமையொன்று சொல்லுகிறேன் கற்பக்கூடு
நீச்சப்பா நிலையாக விந்து தன்னில்
நிசமாகக் காலை சிவ பூசை பண்ணி
பேச்சப்பா பேசாதநாத உப்பு
பெலமான சத்தி உப்பை பேணிக் கொள்ளே.

பொருள் : நாதவிந்து சேருமிடந்தான் ஜடம். விந்துவில் நாத உப்பை சேர்த்துக்கொள்.

407. கொள்ளடா மாலையிலே பூசை பண்ணி
கொண்ட பின்னர் குருபதத்தில் கூர்மையாக
நில்லடா நினைவு கொண்ட சுடர்தான் அண்டம்
திலமான பிண்டமடாப்பிரத்தியாகாரம்

அல்லடா அக்காரம் கொண்டு வந்து
அதினோடே அமிர்த மென்ற பாலுஞ் சேர்த்து
உண்ணடா உறவாக உறவு பண்ணி
உத்தமனே அறிவில் நின்று பூசை பண்ணே.

பொருள் : அண்டமென்ற சுடரும் பிண்டமென்ற ப்ரத்தியாகாரமும் ஒன்றுசேர். காரமென்ற பூமிநாதத்தைக் கொண்டு வந்து அத்துடன் அமிர்தத்தைச் சேர்த்து உறவுபண்ணி உண்ணவும்.

408. பூசை பண்ண பூசை நாளை நாளுனக்கு
பூரணமாய் முன்னரே சொல்லி விட்டேன்
நேசம் வைத்து அப்படியே நீ சாதித்தால்
நிஜமாகக் கோடி யுகம் பூரணமே யாகும்
வாதமாம் ஞான முறும் எல்லாம் சித்தி
அப்பனே பூரணத்தில் ஏறிப் பாரு
நாதமது உகாரமாம் புளியுமாகும்
நாட்டினதை உலக மதில் அறியார் தானே.

பொருள் : பூசையென்பது என்னவென்பதைச் சொல்லியுள்ளேன். (கற்பத்தை உடலில் சேர்ப்பதுதான் பூசை). அந்தப் படியே செய். நாதமென்பது உகரமென்ற புளி.

409. அரிதாக இதனை நான் மறைத்ததெல்லாம்
அன்பனே மதுரசம் பொழிந்தேன் நூலில்
குறியாகப் பாடி வைத்தேன் யிந்த நூலில்
கூறினேன் சகலமும் வெளியாய்ச் சொன்னேன்
பெரிதாக பரவி விட்டு யிந்த நூல்
பேரின்ப முத்திதனைப் பெறுவாய்ப் பாடி
சிறிதாக வெளி யரங்கம் பண்ணாதே நீ
தேசத்தில் வையடா யிந்த நூலை.

பொருள் : இந்நூலில் பலவித ரகசியங்களை வெளியாய்ச் சொல்லிவிட்டேன்.

நூலைக் காட்ட வேண்டாமென்பது

410. இல்லை யென்று சொல்லி விடு இந் நூல் கேட்டால்
எம் மகனே புலத்தியனே நீ தானப்பா
புல்லென்ன புல்லரிடம் நூல் காட்டாதே
பூரணத்தைப் பற்றி மன தறிவில் நின்று

கல்லென்ற மனதாக உறுதி கொண்டு
கருவாக கருக்கள் எல்லாம் எடுத்து ஆடு
தொல்லை வரும் வெளியரங்கம் பண்ணினுக்கால்
சுகமாக மனதடங்கி அறிவில் சேரே.

பொருள் : புலத்தியனே! இந்நூலை யாராவது கேட்டால் இல்லையென்று சொல்லிவிடு. வெளியில் அரங்கம் செய்தால் தொல்லைகள் வந்து சேரும்.

411. அறிவாக மன தடங்கி மௌனமாக
அப்பனே நூலெடுத்துப் பாரு பாரு
குறியான குறிதனிலே குணமாய் நின்று
குணமில்லாதார் இடம் கூடவேண்டாம்
பரியான தங்கமடா பரப்பிரம்ம மார்க்க
பாலகனே தங்க மென்றால் பூரணமே தங்கம்
நெறியான பூரணத்தைத் தினமும் நோக்கு
நேரான பராபரத்தில் சார்வாய் முற்றே.

பொருள் : தங்கமென்பது பூரணமேயாகும். அதுவே பரப்பிரம்மம்.

412. முற்றான புலத்தியனே மா ரிஷியே கேளு
முச்சுடரும் ஆதியந்தம் நன்றாய்ப் பாரு
சித்தான அந்தரங்க தீக்ஷை யிதுவப்பா
தேசத்தில் கிடையாது திறமாய்க் கேளு
பத்தான பதிதனக்கும் பத்தும் பூசி
பரிவான வாசியது சித்தி யாகும்
வித்தான வினை யறுக்கும் ஞான சித்தி
வேதாந்த அந்தரங்க தீக்ஷை முற்றே.

பொருள் : ஆதியந்தம் முச்சுடராச்சு. பத்து தீட்சைகள் முடிந்தால் ஞானசித்தி உண்டாம்.

அந்தரங்க தீக்ஷை முற்றிற்று.

அகத்தியர் பன்னீராயிரம் தொகுப்பு

ஆசிரியர் :
வைத்திய ரத்தினம்
V. பளராமய்யா, B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை - 600 106

அகத்தியர்
பன்னீராயிரம் தொகுப்பு

ஆசிரியர் : V. பலராமய்யர், B. A., B. L.
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்-சென்னை-600 106

முதற்பதிப்பு : 1986
இரண்டாம் பதிப்பு : 1991

ஆசிரியர் இயற்றியுள்ள மற்ற நூல்கள்:

1. சித்தர் மெய்ப்பொருள்
2. சித்தர் கைகண்ட மருந்து
3. உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து
4. நீடு ழி வாழ வழி
5. வாத வைத்தியத்துக்காதி
6. அமுத கலசம்
7. பதார்த்த குண போதினி
8. சாகாக் கலை
9. சித்த மருந்து செய் பெரு முறைகள்
10. கடவுளும் மோட்சமும்
11. முப்பூ குரு
12. பொன் மொழிகள் ஆயிரம்
13. அகத்தியர் அந்தரங்க தீக்ஷா விதி
14. அனுபவ சித்தவைத்திய முறைகள்
15. THE ART OF DEATHLESSNESS
16. THE GREATNESS OF SIDDHA MEDICINE
17. "CANCER IS CURABLE (புற்று நோயை குணப்படுத்தலாம்)"
18. உயிர் நீட்டும் மூலிகைகள்

ஸ்ரீ குருராஜா பிரஸ்,
7, சின்னப்ப இராவுத்தர் தெரு,
திருவல்லிக்கேணி, சென்னை-600 005.

அகஸ்திய முனிவர் அருளிய பன்னீராயிரக் காண்டம்

முன்னுரை

அகஸ்தியர் பன்னீராயிரக்காண்டம் என்ற நூல் ஒன்று உள்ளதென சுமார் நாற்பது வருடங்களுக்கு முன் கேள்விப்பட்டேன். அந்நூலைப் பார்க்க மிக்க ஆவல் இருந்து வந்தது. நான் கண்ட பல சித்த வைத்தியர்களை விசாரித்து வந்தேன். பலர் தங்களிடம் அதைப்போன்ற நூல் இல்லையென்றும் தாங்களும் கேள்விப்பட்டதைத் தவிர பார்த்ததில்லை என்றும் சொன்னார்கள். சிலர் நூலைப் பார்த்ததாகவும், ஆனால் அது 19ஆம் நூற்றாண்டில் அச்சடிக்கப்பட்டது என்றும் மறுபடியும் பதிப்பிக்கப்படவில்லை என்றும் சொன்னார்கள்.

சுமார் 5-வருடங்களுக்கு முன்பு திருச்சி மாவட்டத்திலிருந்து. ஒரு பெரியவர் மருத்துவம் செய்து கொள்ள என்னிடம் வந்தார். அவர் தன்னிடம் "அகஸ்தியர் பன்னீராயிரம்" என்ற நூல் பலகாலமாக உள்ளதென்றும், அதனால் தனக்கு யாதொரு பயனும் இல்லாமையால் மறுமுறை வரும் போது கொண்டுவருவதாக சொல்லி சென்றவர், மறுமுறை வரும்போது ஞாபகமாய் இந்தப் புத்தகத்தையும் (5-காண்டங்கள் அடங்கியது) கொங்கணநாயனார் அருளிய வாதகாவியம் என்ற நூலையும் கொண்டு வந்து தந்து இவைகள் தங்களிடம் இருக்க வேண்டிய நூல்கள் என்று சொல்லி புத்தகங்களை கொடுத்து விட்டுப் போனார்.

இந்த நூல்கள் இரண்டும் மிகப்பழமையாய் இருந்தமையால் அதிக ஜாக்கிரதையாக ஏடுகளைப் புரட்டிப்பார்த்ததில் அதிலிருந்த சில முறைகள் ரசவாதிகளுக்கும் வைத்தியர்களுக்கும் மிக்க உபயோகமாய் இருக்கும் என்று தோன்றிற்று.

முதலாவது காண்டத்தின் காப்பு என்ற தலைப்பில்.

**"வாதியெனும் வைத்தியர்கள் பிழைக்க வென்று
வகுத்திட்டேன் பன்னிரண்டு காண்டம் தன்னை
நீதியுடன் ஆயிரத்துக்கொரு காண்டம்தான்
நிகழ்த்தினேன மாணுக்கள் பிழைக்கத் தானே"**

என்பதனல் பன்னிரண்டு காண்டங்கள் ஒரு காண்டத்திற்கு ஆயிரம் விதம் அருளியுள்ளார் என்பது தெரிகிறது. ஆனல் என்னிடம் கிடைத்த இந்த 5-காண்டங்களும் ஆயிரக்கணக்கான பக்கங்கள் அடங்கியுள்ளது இதில் பல பக்கங்கள் வாத வைத்திய சம்மந்தமில்லாமல், சில சித்தர்களுடைய சரித்திரங்களையும் அவர்களுடைய ஆசிரமங்களுடைய பெருமைகள் பற்றியும், குண்டோதரன் சித்து கண்டது, உகாந்த சித்து, ஆஞ்ஜனேயரைக் கண்டது, உகாந்த சித்து சீடர் கோட்டை, ஸ்ரீராமருக்கு ஜாதகம் கணித்தது, இந்த நூலை கொடுத்தவருக்கு சாபம், பொய் ஞானி, ஆசனவிதி, அகஸ்தியர் மலையில் தட்சிணமூர்த்தி திருமந்திர நூலை புலத்தியர் கண்டது, இப்படி பல தலைப்புகளின் கீழ் பல பாடல்கள் உள்ளன. இவைகளையெல்லாம் பதிப்பிப்பது சித்த வைத்தியர்களுக்கு பயன்படாது என்று எண்ணி வைத்தியம், ரசவாதம், ரசமணி முதலிய பொருள்களைப் பற்றிய பாடல்களை மட்டும் தேர்ந்தெடுத்துள்ளேன்.

இந்த 5-காண்டங்கள்போக மற்ற 7-காண்டங்கள் யாரிடமாவது இருந்தால் அவர்கள் அதை தொகுத்து வெளியிட்டால் லோகோபகாரமாக இருக்கும். இந்த நூலைத் தொகுத்து பல வருடங்களாயினும் அதை அச்சிட பொருளாதார வசதியில்லாமல் இருந்தது. மைலாப்பூரில் வசிக்கும் டாக்டர். ஆர். கே. சேகர் அவர்கள் இவ்விஷயத்தை சூசகமாக அறிந்து ரூபாய் 3000 -த்தை ஒரு நண்பரிடம் கொடுத்தனுப்பி அதை இந்நூல் அச்சிட்டு வெளியிட உபயோகப்படுத்திக் கொள்ளுமாறு தகவல் தெரியப்படுத்தினர். அவர் ஒரு பெரிய குடும்பஸ்தர்.

ஞாயமான வழியில் சித்த வைத்தியம் செய்து பொருள் ஈட்டுபவர். அவரிடத்திலிருந்த ஆர்வம் என்னை அதிர்ச்சியில் ஆழ்த்தியது. பணத்தை திருப்பியனுப்பி நான் எப்படியாவது இந்நூலை வெளியிட்டு விடுகிறேன் என்று பதில் தெரிவித்தேன்.

அதன் பிறகும் ஒரு வருடம் சென்று விட்டது. பிப்ரவரி, 1986ல் எனக்கு திடீரென்று உடல்நலம் பாதிக்கப்பட்டது. எந்நேரம் என்னவாகுமோ என்ற சந்தேகம் கிளம்பியது. உடனே இந்த பன்னீராயிரம் தொகுப்பு 1. அகஸ்தியர் அந்தரங்க தீட்சாவிதி என்ற நூல் உரையுடன் எழுதி வைத்தது 2. என் அனுபவ சித்த வைத்திய முறைகள் 3. ஆக இந்த மூன்று நூல்களையும் உடனே அச்சுக்கு கொடுக்க வேண்டுமென்று தோன்றியது. ஆயினும் என் உடல்நலம் சரியின்மையால் அச்சுக் கூடங்களுக்கு போவது, பிழைதிருத்தங்கள் செய்வது போன்ற, பல காரியங்களில் ஈடுபடமுடியாது என்பதை அறிந்த நண்பர் டாக்டர். ஆர். கே. சேகர் அவாகள் தானே எல்லாக்காரியங்களையும் கவனித்துக் கொள்வதாகச் சொல்லி எல்லா நூல்களையும் பெற்று ஆவன எல்லாம் செய்தார். இவருடன் சேர்ந்து இப்புத்தகம் வெளிவருதற்கு பலவகையில் உதவி புரிந்துள்ள நண்பர் திரு. G. விஜயராகவலு அவர்களுக்கும், பிழையின்றியும் அழகாகவும், சுத்தமாகவும் அச்சிட்டு உதவியஸ்ரீகுருராஜா பதிப்பகத்தாருக்கும், நான் நன்றி செலுத்துவது மட்டுமில்லாமல் இந்த நூலை படிப்போர் அனைவரும் நன்றி சொல்ல கடமைப்பட்டுள்ளார்கள். தாங்கள் மாத்திரம் இந்நூலைப் படித்து பயன்பெறுவதோடு அல்லாமல் மற்றவர்களுக்கும் பயன்படும் வகையில் செய்தால் சித்தர்களின் ஆசியைப் பெறுவார்கள் என்பது திண்ணம்.

தொகுப்பாசிரியர் :
வைத்திய ரத்தினம் :
V. பலராமய்யா, B.A,B.L,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி.

தேதி : 20-6-1986

கருணை

இந்நூலை வாசிப்பவர்களில் நூற்றில் ஒருவர் அல்லது ஆயிரத்தில் ஒருவராயினும் பயன் அடைவார்களாயின் நான் செய்யும் இந்த தொண்டு பயன் தந்தது என மனம் நிறைவு கொள்வேன். பெருமை அடைவேன். எங்கும் நிறைந்த எல்லாம் வல்ல இறைவனது கருணையை நினைந்து நினைந்து மனம் நெகிழ்வேன்.

அன்பன்
V. பலராமய்யா

உ

அகத்திய மாமுனிவர்
திருவாய் மலர்ந்து அருளிய
பன்னீராயிரக் காண்டம் தொகுப்பு

காப்பு

ஆதியென்ற கணேசருட பாதம் போற்றி
அப்பனே மனோன்மணியாள் கமலம் போற்றி
சோதி யெனும் சுடரொளியே சொருபா போற்றி
சொர்க்கபதி நான் முகன்றன் பாதம் போற்றி
வாதியெனும் வைத்தியர்கள் பிழைக்கவென்று
வகுத்திட்டேன் பன்னிரெண்டு காண்டந் தன்னை
நீதியுடன் ஆயிரத்துக்கு ஒரு காண்டந்தான்
நிகழ்த்தினேன் மானுக்கள் பிழைக்கத் தானே.

மருத்துவனின் லட்சணம்

பாரேதான் மருத்துவனும் யோகவானாய்
பாருலகில் தரும சிந்தனை யுடையோனாய்
நேரேதான் யோசனைகள் உள்ளவனாய்
நேர்மையுடன் பல பேரைக் கேட்க வல்லான்
சீரேதான் குருவினையும் நினைக்க வல்லான்
சிறப்பான சீஷனுக்கு உகந்த வல்லான்
கூறேதான் சாத்திரத்தில் வல்லனாக
குவலயத்தில் கீர்த்தியுள்ளோன் வயித்தியவானே.

வாறான தேவதா வயித்திய னையும்
உண்மையுள்ள சாத்திரத்தில் சித்தனையும்
கோறான குரு வணக்கம் பெற்றோனையும்
குவலயத்தில் மிடிகளின்மேல் இரக்கவானாய்
தேறான கற்பமது கொண்ட வானாய்
தேசத்தில் மாய்கைதனை விட்ட வானாய்
பரனான பராபரத்தை நினைக்கும் வானாய்
பட்சமுடன் இருப்பவனே வயித்திய னாமே.

பூநீறு விளையும் பூமி—விட்ட குறை

காணவே புலஸ்தியனே இன்னங் கேளு
காசினியில் பண்டிதருக்கு தேருங் கூர்மை
தோணவே விட்டகுறை இருக்கு மானால்
தோன்றுமே யவர் தனக்கு இந்த பூமி
வீறான வீணனுக்கு வாய்க்குமோ சொல்
விட்ட குறை இருந்தாலே வாய்க்கும் பாரு
பூணவே பிடகனுக்கு வாய்க்காதப்பா
பொலிவான புண்ணியர்க்கு வாய்க்கும் பாரே.

கல்வத்தின் அளவு

ஆமேதான் பண்டிதர்க்கு கல்வம் சொல்வேன்
அப்பனே புலஸ்தியனே புத்தி வானே
தாமேதான் நீளமது சொல்லக் கேளும்
சாற்றுகிறேன் அங்குலந்தான் பதினாறாகும்
நாமே தான் அகலமது ஆறதாகும்
நலமான உயரமது ஆழம் சொல்வேன்
போமே தான் அங்குலமும் இரண்டதாகும்
பொலிவான நன்னி யென்ற கல்லு மாமே.

கல்லான கல்லது தான் சொல்லக் கேளும்
கருங் குருந்தை செங்குருந்தை நன்னியாகும்
சொல்லுவேன் சுற்று ஓரம் வரம்பு கம்பி
திரண்ட அங்குல மதுதான் ஒன்றே யாகும்
வல்ல சித்தர் சொற்படியே புலி முகமும் வைத்து
வண்மையுடன் சித்தரித்து வண்மையாக
புல்லறிவால் கல் அமைத்துச் செய்யும் யோகன்
பூதலத்தில் தேவ வயித்தியனும் பாரே.

முப்பூ மார்க்கம்

கேளடா புலஸ்தியனே சொல்லக் கேளீர்
கெவனமுடன் முப்பூவின் மார்க்கம் சொல்வேன்
நாளடா கதிரவனால் பூர்க்கும் பூவாம்
நலமான வழலை யென்ற முப்பூ வப்பா
கோளடா வாராயல் முப்பூ தன்னை
குணமுடனே முடிப்பதற்கு குறிகள் சொல்வேன்
மீளடா குரு முடிக்கும் வகையுஞ் சொல்வேன்
மிக்கான வழலையுட மார்க்கங் கேளே.

கதை யென்றால் சத்திபிட நாத முப்பு
கவி வாணர் கட்டுவித்த வழலை முப்பு
விளாவுடனே பூர்வ முப்பு சொல்வேன் பாரு
எழிலான புலஸ்தியனே செப்பக் கேளும்
பதையாமல் தலைப் பிண்டந் தன்னின் மேலே
பாங்கான தேவதா முப்பு சொல்வேன்
சுதையான மேல் வளர்த்த முப்பூ வப்பா
தகைமையுள்ள முப்பூவின் பெருமை பாரே.

காண்பானே முப்பூவைக் கண்டபோது
கசடற்ற எண்ணெய்தனை வாங்க மைந்தா
மாண்பான முப்பூவை கிழிபோல் கட்டி
மயங்காமல் பாண்டமதில் தொங்க விட்டு
சார்பான சுத்தஜலம் பாண்டம் விட்டு
பாலகனே அதில் போடமருந்து கேளு
நாண்பான உவருப்பு வளையல் உப்பு
மார்க்கமுடன் தான் சேர்த்து அடுப்பி லேற்றி.

ஏற்றியே தான் எரிப்பாய் சாமம் ரெண்டு
எழிலுடனே எண்ணெயது கக்கிப் போகும்
மாற்றியே முப்பூவது தவளம் போலாம்
மகத்தான கைகண்ட முப்பூ வாகும்
தோற்றமுடன் முப்பூவை பதனம் பண்ணி
தெளிவான ரேசகமும் பூரகமும் செய்து
போற்றிடவே எப்போதும் பூசித்தே தான்
பூவுலகில் நெடு நாளாய் வாழ்ந்திடாயே.

வாழுவே முப்பூவை சுண்ண மாக்க
வகை சொல்வேன் புலஸ்தியனே சொல்லக் கேளும்
நீழவே முப்பூவைக் கல்வ மிட்டு
நிலையான விந்துவினால் அரைத்து மைந்தா
மாழவே பில்லை செய்து ரவியில் உலர்த்தி
மன்னவனே புடம்போட பற்ப மாகும்
ஆழவே பற்ப மதை என்ன சொல்வேன்
அப்பனே இதற்கீடு சொல்ல வொண்ணாதே.

சொல்ல வென்றால் நாவில்லைப் பாவு மில்லை
துரை ராஜர் சித்தர்களும் செய்யும் மார்க்கம்
புல்லவே யிதற்கு ஈடு புகலப் போமோ
புகழான சுண்ணமதை பதனம் பண்ணு
வெல்லவே சுண்ணந்தான் கோடி பாதை
மேவலாம் குருக்கு வழி அனந்தங் கோடி
நல்லவே பூர்வ முப்பூ இதுதான் ஆகும்
நாயகனே புத்தி யுள்ளான் செய்வான் பாரே.

அண்ட முப்பூ

நிற்கையிலே இன்னமொரு கருமானம் கேள்
நேரான புலஸ்தியனே செப்பக் கேளும்
சொற்பமாம் இன்னமொரு முப்பு சொல்வேன்
சொர்ண மென்ற சிற்றண்டங் கொண்டு வந்து
அற்பமாய் எண்ணாதே சவ்வு போக்கி
அப்பனே சுவுக்காரந் தன்னாலே
கற்பமுடன் செய்நீரைப் பாண்ட மிட்டுக்
கருத்துடனே ஓடதனைக் கொதிக்க வையே.

கொதித்த வுடன் தானிறக்கி எடுத்துப் பாரு
கொற்றவனே அண்டமது காரம் ஏறி
விதித்தபடி தப்பாது சுண்ண மாகும்
விருப்பமுடன் மறுபடியும் செயநீர் விட்டு
மதிப்புடனே பத்து முறை யிப்படியே செய்ய
மாசற்ற தவளமது போலே யாகும்
கதித்தபடி பற்பத்தை யெடுத்துக் கொண்டு
சாங்கமுடன் சிமிழிதனில் பதனம் பண்ணே.

விஷக்கல் சுண்ணம்—சிவமுப்பு—சத்துமுப்பு என்ற தலைப்புக்கள் எழுதாமல் விடப்பட்டுள்ளது. காரணம்: அதுபெரிய குழப்பம் உண்டாக்கக் கூடியது.

பண்ணவே சிலநாள் சென்று எடுத்துப் பாரு
பாலகனே பற்பமது பூர்க்குங் காலம்
திண்ணமுடன் பற்பமதை எடுத்து மைந்தா
தகைமையுள்ள சரக்குகளில் கவசஞ் செய்து
உண்மையுடன் கன எருவில் புடமே போட்டால்
உத்தமனே சரக்கு அனைத்தும் கட்டும் பாரு
நன்மையுடன் சத்துரு மித்துருக்கள் எல்லாம்
நனின முடன் வழலைக்கு வணங்கும் பாரே.

காணுமே சரக்குக்கு சத்துரு காலன்
கடிதான நரை திரையும் மாற்றுங் காலன்
தோணவே முப்பூவில் குன்றி வீதம்
துறையோடும் முறையோடும் கொண்டா யானுல்
பூணவே தேகமது கல்தான் ஆகும்
பொங்கமுடன் வயதுவும் உமக்கோ இல்லை
வேணபடி உபசாரம் மிக நடக்கும்
வேகமுடன் காய சித்திக்கு இடங் கொள்வாயே.

பொய் ஞானி

இருக்கலாம் புலஸ்தியனே இன்னங் கேளு
எழிலான மாற்றம் ஒன்று சொல்வேன் யானும்
வருக்கமுடன் மாநிலத்தில் ஞானி போல
வாகுடனே சகல நூல் கற்றேர் போலும்
திருத்தமுடன் தத்துவத்தில் கடந்தோன் என்றும்
தெளிவான பிரமலபி அறிந்தோன் போலும்
பொருத்தமுடன் பூமிதனில் ஆசை விட்டுப்
பூதலத்தில் மூன்ருசை வெறுத்தோன் ஆமே.

(ஒரு பாடல் தேவையில்லையென விடப்பட்டது)

ஆமேதான் பொய் வேடம் மிகவும் பூண்டு
அப்பனே சர்வக் கியானி போலே தானும்
தாமேதான் சர்வ நூல் கற்றேர் போலும்
சட்டமுடன் வாய் பினத்தல் அதிகம் பேசி
நாமேதான் உலகத்தில் கடந்த ஞானி
நாட்டிலே யாரேனும் ஒருவர் உண்டோ
போமேதான் மெய்ஞ் ஞானி போலே யப்பா
பொங்கமுடன் வெகு பேச்சு பேசுவானே.

கூறுவான் வாய் ஞானம் மிகவும் பேசி
குவலயத்தில் காவி கஷாயம் பூண்டு
தூறுவான் மூடரிட வித்தை பேசி
துடியான வார்த்தையது மிகவுங் கூறி
சீறியே பேச்சுக்களால் அடித்து அப்பா
சிறப்பான தத்துவ வழி போலே தானும்
மீறியே வரங்கடந்து அதிகம் பேசி
மிக்கான கலையில் நின்று வழி சொல்வானே.

(பின் வரும் மூன்று பாடல்கள் மேற்படி முப்பூவை உயர்த்திச் சொல்வது தேவையில்லையென்று விடப் பட்டது).

மேற்படி முப்பூவை சரக்குகளுக்கு குன்றியளவு உமிழ் நீரால் குழைத்து கவசம் செய்து, அதற்குரிய மாரண மூலிகைகளினுல் அங்கி பூட்டி சீலை செய்து புடமிடக் கட்டும். பற்பம் ஆகும். செந்தூரம் ஆகும். லேகியங்கள்—சூரணங்கள்—தைலங்கள் முதலியவைகளில் குன்றியளவு சேர்த்தால் தேவ மருந்தாக முடியுமென்க.

மெய் ஞானி

திண்ணமாய் மெய்ஞ் ஞானி மார்க்கம் சொல்வேன்
திறமுடனே நாதாக்கள் தம்மைப் போல
வண்ணமுடன் சகல நூல் எல்லாம் கற்று
வளமுடனே மாயா சம்பந்தம் நீக்கி
வண்ணமுடன் தொல்லை சாகரத்தை விட்டு
எழிலான சின்மயத்தின் சோதி கண்டு
நண்ணமுடன் ஞான சாகரத்தின் நேர்மை
நாட்டமுடன் தானறிந்து நவில்வார் தாமே.

நவிலவே வெகு நூல்கள் பார்த்துமே தான்
நலமான தத்துவத்தின் நேர்மை பூண்டு
குவியவே ஞான சாகரத்தைக் கண்டு
குவலயத்தில் பாசமென்ற கயிற்றை நீக்கி
தனிமையுடன் பெரியோர்கள் ரிஷிகள் தேவர்
தகமையுடன் கண்டறிந்து கேள்வி கேட்டு
புவியதனில் காயாதி கற்பம் உண்டு
பூ தலத்தில் என்னாளும் இருந்தார் தாமே.

விட்ட குறை

என்னவே விட்ட குறை நேர்ந்து தானால்
எழிலான நூல் இதுதான் வாய்க்கும் பாரு
பன்னவே பல நூலைப் பார்த்திட்டாலும்
பாரினிலே உந்தனுக்குப் பலியாது ஒன்றும்
சொன்ன தொரு நூலிதிலே எல்லாம் காண்பாய்
சுந்தரனே சிவராஜ யோகம் கிட்டும்
மன்னவனே பூமிதனில் இருந்து வாழ்வாய்
மார்க்கமுடன் அஷ்ட சித்தி பெறலாம் பாரே.

அறிய வேண்டியது

உறுதியாய் அண்ட பிண்டங் காணவேண்டும்
உத்தமனே கோஜ பீஜம் அறிய வேண்டும்
நிருதியாம் ஆதாரங் கண்டால் எல்லாம்
நீள் நிலத்தில் நினைத்த தெல்லாம் சித்தியாகும்
பருதி போல் மேலான தாரம் கண்டு
பட்சமுடன் ஆயிரத்து அண்டங்கண்டு
கருதிவெனும் கீழ்மேலும் நடுவும் கண்டு
சூட்சத்தில் வகாரத்தின் வாசி போற்றே.

போற்றவே வாசியைத் தான் அறிய வேண்டும்
பொங்கமுடன் ஆதிஉப்பு அறிய வேண்டும்
ஏற்றவே பூரகத்தை மனதில் உன்னி
எழிலான தேவியுட பாதங் கண்டு
மாற்றவே குண்டலியின் பொருளைக் கண்டு
மகத்தான் வல்லபையை மனதில் உன்னி
தூற்றியே அண்டபிண்ட நிலையைக் கண்டு
துப்புரவாய் சிவகாமி தன்னைக் காணே.

அறியவே பிண்டம் என்ற நாத விந்தை
அப்பனே அஷ்டாங்கந் தன்னில் தானும்
முறியவே ஆதி அந்தம் முடிவு கண்டு
முப்பான முப்பூவைக் காண வேண்டும்
குறிபொருளாய் ஆராய்ந்து குவலயத்தில்
கூர்மை யுடன் தேகத்தின் நிலையைக் கண்டு
வெறிபடவே உலக நடை காண வேண்டும்
பெருமையுடன் இருந்தவர்க்கு ஒன்றில்லை தானே.

வாசி நிலை அறிய

வாங்கியே மூவாண்டு வழக்கஞ் செய்து
வாசியைத்தான் எப்போதும் பழக்கம் பண்ணி
தூங்கியே திரியாதே புலஸ்தியா கேள்
துப்புரவாய் பழகி வந்தால் எல்லாஞ் சித்தி
ஏங்கியே வாடாதே வாசி யோகம்
என் மகனே செய்து வந்தால் பழக்கமாகும்
ஓங்கியே மகத்தான வாசி தன்னை
உத்தமனே செய்து வந்தால் சித்தி யாமே.

ரச வாதியின் கடமை

தாமான வாதியவன் பொன்னே செய்தால்
தன்மையுடன் தடமடங்கள் கட்டல் வேண்டும்
ஆமேதான் வாதமது பலித்த தாலல்
அவனிதனில் அவனும் ஒரு சித்தனைப் போல்
தாமே தான் அதிதி பரதேசி கட்கு
நலமுடனே மனு தர்மஞ் செய்ய வேண்டும்
கோமேதான் அரசனைப் போல்இருந்து கொண்டு
கொற்றவனே தருமமது செய்வார் பாரே.

செய்யவே செம் பொன்னின் வராகன் தன்னை
செப்பவே செய கண்டி சங்கமர்க்கு
துய்யதொரு வஸ்திரங்கள் மிகவுந் தந்து
துப்புரவாய் போஜனமும் மிக அளித்து
பையவே பொன் காசு கட்டணமும் ஈந்து
பாரினிலே பூசைகளும் அர்ச்சனைகள் செய்து
வெய்யவே மனோன்மணிக்கு தியானம் செய்து
விருப்பமுடன் இருப்பவனே சுத்தமாமே.

சத்துரு சரக்குகள்

தாம்பரத்தை
வெளளீயம் ... வீரம் கொல்லும்
உருக்கு ... தாளகத்தால் மடியும்
வெள்ளி ... மனோசிலையினால் மடியும்
தாம்பிரம் ... மாட்சிகத்தால் மடியும்
தங்கம் ... கெந்தியால் மடியும்
லிங்கத்தை ... நிமிளையினால் மடியும்
தாரத்தை ... வீரம் கொல்லும்
வீரத்தை ... லிங்கம் கொல்லும்
கெளரியை ... கெளரி கொல்லும்
பூரத்தை ... பூரம் கொல்லும்
வீரம் ... தாரம் கொல்லும்
... துருசை கொல்லும்

வீரம் (சிவம்)—துருசு (சக்தி) இவ்விரண்டும் சேர்ந்து ஒடுங்காமல் ஒடுங்கிப்போகும்.

இந்த அடிப்படையான தத்துவத்தை அறிந்து கொண்டால் உலோகங்கள்—பாஷாணங்கள் எல்லா வற்றையும் நீற்றலாம்.

இந்நூலில் குறிப்பிட்டுள்ள ஆருகார ஜெயந்நீரைக் கொண்டு மேற்படி சரக்குகளை அரைத்தோ அல்லது கவசம் செய்தோ புடமிட பற்ப—செந்தூரங்களாக முடியும். குற்றம் செய்யாது.

சரக்குகளுக்கு மூலிகை காலன்

முன்னங்கித்தழை ... சிங்கிலைபக் கொல்லும்
மூசு மூசுக்கை ... பூரத்தைக் கொல்லும்
கற்றாழை ... பால் துத்தத்தைக் கொல்லும்
காஞ்சோறி ... துத்தத்தைக் கொல்லும்
எருக்கின்பால் ... சங்கு பாஷாணத்தைக் கொல்லும்

கொடி வேலித் தழை ... வெடியுப்பைக் கொல்லும்
மருதாணித் தழை ... கல்லுப்பைக் கொல்லும்
வேலிப் பருத்தி ... படிகாரத்தைக் கொல்லும்
கொவ்வைப் பவளி ... துத்தம் சாகும்
பூவரசில் ... வெள்ளங்கம் சாகும்
மூக்கிரட்டை ... பொன்னம்பர் சாகும்
பொன்முசுட்டையில் ... அப்பிரகம் சாகும்

சிறியா நங்கை ... அயம் சாரும்
கழுதாழை இலை ... தாமிரத்தைக் கொல்லும்
மாந்துளிர் ... உப்புக்குக் காலனாகும்
துராயிலை ... காரத்தைக் கொல்லும்
கொடிவேலி யிலை ... கல்லுப்பைக் கொல்லும்
எறிகாலன் தலை ... அயம் மடியும்
புனல் முருங்கை ... பாஷாணம், காரம் சாரும்
கரு ஊமத்தை ... பாஷாணத்தைக் கொல்லும்
கௌதும்பை ... சிலாசத்தைக் கொல்லும்
விராலி யிலை ... கெந்தகம் சாரும்
கண்டங்கத்தரி ... தாளகத்தைக் கொல்லும்
சிவகரந்தை ... லிங்கத்தை மடிக்கும்
செவ்வல்லி ... கௌரியைக் கொல்லும்
சிறுபுள்ளி யிலை ... அரிதாரத்தைக் கொல்லும்
செங்குறிஞ்சான் ... துருசைக் கொல்லும்
சித்தகத்தி யிலை ... வங்கத்தை மடிக்கும்
சிறுகின்னி யிலை ... பாஷாணம் மடியும்
கட்டுக் கொடி ... சுக்கானைக் கொல்லும்
கல் தாமரை ... திமிளையைக் கொல்லும்
கருவேலந் தழை ... குத்திராட்சம் மடியும்
பூவந்தி ... நாகத்தைக் கொல்லும்
இன்புரு ... பாஷாணம் மடியும்
கடற் பாலை ... பொன்னம்பரைக் கொல்லும்
கடலிரஞ்சி ... வெள்வங்கம் மடியும்
பொன்னுவரை ... தங்கத்தை நீற்றும்
சித்திரமாம் பாலை ... செம்பை சவலை செய்யும்
சிவனார் தழை ... சூதத்தை மடக்கும்

குறிப்பு: இதில் குறிப்பிட்டுள்ள மூலிகைகளின் தழைகளைக் கொண்டு, சத்துரு-மித்துரு சரக்குகளை சேர்த்தோ அல்லது தனியாக சாறு எடுத்தோ சரக்குகளை அரைத்து அளவுப்படி புடமிட நீறும் எனத்தோன்றுகிறது. அனுபவம் முதிர்ந்தோரை அணுகி செய்பாகம் கைபாகம் அறிந்து கொள்வது நலம்.

மூலிகைகளின் சமுதாய குணம்

1. குமரி ... வங்கச் சத்து
2. கொடிவேலி ... செம்புச் சத்து
3. கௌதும்பை ... உப்புச் சத்து
4. வேலை ... ஈயச் சத்து
5. புளியாரை ... செம்புச்சத்து
6. செம்புளிச்சி ... செம்புச் சத்து
7. பசளை ... உப்புச் சத்து
8. செங்ாற்றுழை ... செம்புச் சத்து
9. கருவேலை ... செம்புச் சத்து
10. காசினி ... பொன் சத்து
11. வேம்பு ... ஈயச் சத்து
12. எருக்கு ... ஈயச் சத்து
13. துளசி ... உப்புச் சத்து
14. சோரா ... சுவர்ணச் சத்து
15. கஞ்சா ... சுவர்ணச் சத்து
16. ஆவாரை ... செம்புச் சத்து
17. தாமரை ... செம்புச் சத்து
18. அல்லி ... செம்புச் சத்து
19. ஆளி ... செம்புச் சத்து
20. காட்டாத்தி ... ஈயச் சத்து
21. குறண்டி ... தங்கச் சத்து
22. எலிக்காதிலை ... பொன் சத்து
23. கரு ஊமத்தை ... சூதச் சத்து
24. வில்வம் ... செம்புச் சத்து
25. புரண்டி ... செம்புச் சத்து
26. செங்கீரை ... ஈயச் சத்து
27. பூலா ... உப்புச் சத்து
28. குரட்டை ... ஈயச் சத்து
29. குவளை ... ஈயச் சத்து
30. கருவேலன் ... இரும்புச் சத்து
31. பாற்குரண்டி ... ஈயச் சத்து

32. ஊஞ்சல் ... ஈயச் சத்து
33. பலா ... ஈயச் சத்து
34. மாமரம் ... செம்புச் சத்து
35. பாற்சுண்டி ... ஈயச் சத்து
36. பெருந்தும்பை ... சுவர்ண சத்து
37. கருந்துளசி ... ஈயச் சத்து
38. பாலை ... செம்புச் சத்து
39. வேங்கை ... செம்புச் சத்து
40. பனைவேர் ... ஈயச் சத்து
41. சேராங் ... செம்புச் சத்து
42. கையான் ... செம்புச் சத்து
43. கருங்குன்றி ... ஈயச் சத்து
44. மணித்தக்காளி ... உப்புச் சத்து
45. சின்னி ... குதச் சத்து
46. பிரமதண்டு ... தங்கச் சத்து
47. கொத்தான் ... ஈயச் சத்து
48. ருத்திராட்சம் ... செம்புச் சத்து
49. தக்காளி ... ஈயச் சத்து
50. செருப்படை ... செம்புச் சத்து
51. பொன்னாங் கண்ணி... உப்புச் சத்து
52. ஆடு தீண்டாப்பாளை செம்புச் சத்து
53. பரட்டைக் கீரை ... ஈயச் சத்து

குறிப்பு : மேற்கண்ட மூலிகைகளின் இலைகளை ரோகிகளுக்கு எந்த சத்து உடலில் குறைந்துள்ளதென ஆராய்ந்து அந்த சத்து நிரம்பியுள்ள மூலிகைகளில் ஒன்றோ அல்லது அவ்வினத்தின் மூலிகைகளைச் சேர்த்தோ நிழலில் உலர்த்தி பொடி செய்து நாட்டு சர்க்கரை அளவுடன் கூட்டி அளவறிந்து மண்டலம் கொடுக்க உசிதம்.

எந்த உலோகத்தை நாம் மடிக்க உத்தேசிக்கிறோமோ அந்த உலோகச் சத்துள்ள மூலிகைகளின் ரசத்தால் உலோகங்களின் சத்துரு மித்துரு சேர்த்து உருக்கி

கிராசமிட்டோ அல்லது அவைகளை வெட்டையாக்கிக் கொண்டோ, அரைத்து வில்லைகளாக்கி ரவியில் உலர்த்தி அதனதன் அளவுக்குத்தகுந்த புடமிட பற்ப செந்தூரமாகு மென தோன்றுகிறது. அனுபவ முதோர்களை அணுகுக. ஆனால்ஒரு புடத்திலேயே முடிந்து விடுமென்று தோன்றவில்லை. ஐந்து முதல் பத்து புடங்கள்கூட போட வேண்டுமென்று தோன்றுகிறது.

துருசு சுண்ணம் (அதனால்) கெந்தக பற்பம்.

தீரும்நோய்கள் : சுவாசகாசம் — க்ஷயரோகங்கள்— பாண்டுரோகம்—மகோதரம்—சில்விஷங்கள் முதலிய பல நோய்கள் அகலும்.

தேவையான சரக்குகள் :

1. பாஷாணம் ... 35 கிராம்
2. வீரம் ... 35 ,,
3. துருசு ... 35 ,,
4. வெடியுப்பு ... 35 ,,
5. கெந்தி ... 35 ,,

செய்முறை : பாஷாணம், வீரம் இரண்டையும் சேர்த்து கலுவத்தில் பொடிசெய்து, ஆறுவகை ஜெயநீரால் அரைத்து துருசுக்கு அங்கி பூட்டி காயவைத்து கோழி புடமிட துருசு சுண்ணமாகும்.

மேற்படி துருசு சுண்ணத்தை வெடியுப்புக்கு அங்கி பூட்டி, மேலும் சுண்ணாம்பு கவசம் செய்து ரவியில் உலர்த்தி கோழி புடமிட வெடியுப்பு சுண்ணமாகும்.

அந்த வெடியுப்பு சுண்ணத்தை கெந்திக்கு அங்கி பூட்டி சுண்ணாம்பு சீலை செய்து ரவியில் உலர்த்தி கோழி புடமிட கெந்தகம் சுண்ணமாகும்.

உபயோகம் : குன்றியளவு கெந்தக சுண்ணத்தை தேனில் காலை—மாலை உண்ண மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

குறிப்பு : வெடியுப்பு சுண்ணத்தை கெந்தகத்துக்கு கவசம் செய்து, சுண்ணாம்பு சீலை செய்து நீர் சுரந்தால், ரவியிலிடாமல் உடனே புடம் போடவும்.

மேற்படி முறையின் பாடல்களை முதலில் எழுதாமல் குறிப்பு மாத்திரம் எழுதினேன். அதன் பிறகு பாடல்களை எழுதலாமென்று புத்தகத்தைப் புரட்டினால் அம்முறை கிடைப்பது கடினமாகி விட்டது. மேலும் தேட பொறுமையில்லை. அதனால் குறிப்பு மாத்திரம் எழுதினேன். ஆனால் முறையில் கிஞ்சித் தேனும் தவறு கிடையாதென்பதை அறிவித்துக் கொள்ளுகிறேன்.

சத்து சோதிக்க கிராவணம்

சாற்றினேன் புலஸ்தியனே மச்சகேந்திரா
சாங்க முடன் சத்து சோதிக்க மித்திரம்
போற்றிய வெண்காரம் ஒன்றே யாகும்
புகழான வளையலது ஒன்றே யாகும்
கூற்றாறும் வீரமது ஒன்றே யாகும்
குறிப்புடனே இவைகளெல்லாம் பொடியதாக்கி
ஆற்றவே செம்புதனை யுருக்கிப் பாலா
அப்பனே கிராசமது கொடுத்திடாயே.

கொடுக்கவே இன்னமொரு மார்க்கங் கேளு
கொத்தவனே வெங்காரம் வீரந்தானும்
அடுத்ததோர் பூங்காவி உப்பு தானும்
அப்பனே லிங்கமொடு பூரந்தானும்
தொடுத்த தொரு படிகாரம் பொட்டிலுப்பு தானும்
தொடுப்பான சாரமுடன் சாம்பல் கூட்டு
மடித்துமே இத்தனையும் ஒக்கச் சேரு
மன்னவனே சத்துகளை சோதிப்பாயே.

சோதிக்க கல்மிஷங்கள் அற்றுப் போகும்
சுத்தமுடல் களங்கு எல்லாம் சவலை யாகும்
பேதிக்க களங்கெல்லாம் உருகி யல்லோ
பெருமையாம் சவலையது என்ன சொல்வேன்
ஆதித்தன் சந்திரனோடு வெளுத்துக் காட்டும்
அப்பனே முந்துப் போல் காணும் பாரு
வாதிகளோ இப்பாகம் அறிய மாட்டார்
வளம் பெரிய பன்னீராயிரந் தான் சொல்லே.

குறிப்பு : உலோகங்களில் இருந்து சத்துப்பிரிக்க மேற்படி கிராவணத்தை தயார் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

மடக்கவே இன்னமொரு வகை மாணம் கேள்
மன்னவனே புலஸ்தியனே மணியே கேண்மோ
படர்க்கையாம் தழைகளப்பா பஞ்ச பூதம்
பாரினிலே மாணுக்கள் பிழைக்க என்று
அடக்கமாம் பூதவகை பிரித்துக் காண்பாய்
அப்பனே பஞ்ச பூதத்தின் நேர்மை
நுடக்கமாம் இலையதுவும் தவறிடாது
சுந்தரனே விபரமது சாற்றக் கேளே.

கூத்தான குமரியது தேயு வாகும்
குணமான காசாணும் வாயு மாகும்
நாற்றம் உள்ள சங்கனும் ஆகாச மாகும்
நலமான புளியாரை பிருதிவி யாகும்
சாந்த முடன் பீநாறி இலைதா னப்பா
சாங்க முடன் அப்பு என்றே செப்ப லாகும்
நேர்த்தியுள்ள சரக்கெல்லாம் ஒன்றாய்ச் சேர்ந்தால்
நேர்மை யுள்ள பஞ்ச பூதம் என்னலாமே

என்னவே ஐந்து ஐந்தாய் பிரித்துப் பார்த்து
எழிலான சரக்கெல்லாம் கூட்டினுக்கால்
பன்னவே பஞ்ச பூதம் என்னலாகும்
பாருலகில் நாதாக்கள் வகுத்த வண்ணம்
துன்னவே பஞ்ச பூதம் குறைவு பட்டால்
துப்புரவாய் பேதமது வகுத்துக் காட்டும்
தன்னயமாய் பூதங்கள் பிரித்து மல்லோ
நலமுடனே நடத்துபவன் வாதி யாமே.

குறிப்பு : ஐந்து ஐந்தாக பிரிப்பதற்கு பஞ்சீகரணம் என்பர். அதன் விவரம் ஆசிரியர் எழுதிய "வாத வைத்தியத்துக்காதி" என்னும் நூலைக் காண்க.

ஆச்சப்பா இன்னம் ஒரு கருமானங் கேள்
அப்பனே புலஸ்தியனே மச்சகேந்திரா
பாச்சவே லிங்கம் ஒரு பலந்தான் வாங்கு
பாலகனே முலைப்பாலால் சுத்தி செய்து
காய்ச்ச வென்ற ஐந்தாங்கால் மதிதானப்பா
காவலனே பலமது வாய் செப்பக் கேளு
மாச்சலது வாலிது நீனைப் சேர்த்து
மன்னவனே ஆறுவகை நீரால் ஆட்டே

ஆட்டியே லிங்க மதற்கு அங்கி பூட்டி
அளவுடனெ மெழுகு பதம் அரைத்துப் பின்பு
நாட்டிகமாய் சிலையது வலுவாய்ச் செய்து
தயாபரனே மண் மறைவில் புடந்தான் போடு
நீட்டமுடன் புடம் ஆறி எடுத்துப் பாரு
நினைவுடனே மறுபடியும் அங்கி கொண்டு
வாட்டமுடன் பின்னும் அந்த முறை தப்பாமல்
மயங்காமல் புடமதுவும் போட்டிடாயே

புடமான லிங்கமதைத் தான் எடுத்து
புஞ்கரனே புலஸ்தியனே பின்னும் கேளாய்
திடமான லிங்கமதுக்கு இரட்டிக் கப்பா
தீர்க்கமுடன் அயப் பொடியாம் பலமதாக
மடமுடனே ரவியதுவும் சமனதாக
மார்க்கமுடன் கருவின்பால் விட்டே யாட்டி
படமுடனே லிங்க மதற்கு அங்கி கொண்டு
பதறாமல் ரவி தனிலே காயப் போடே.

காய்ந்த பதந்தனை யெடுத்துக் கருவுள்ளானே
கருத்துடனே பூப்புடத்தில் போடக் கேளீர்
ஆய்ந்துமே மணலதனை படிதான் இட்டு
அளவு கொண்டு தீ மூட்டி புடந்தான் கோழி
வாய்ந்த புடம் ஆறிய பின் எடுத்துப் பார்க்க
மன்னவனே லிங்கமது இறுகிக் கட்டும்
சாய்ந்த பொருள் அதில் அடக்கம் தம்பிரானே
சாங்க முடன் தானெடுத்துப் பதனம் பண்ணே.

பண்ணியே லிங்க மதைப் பாய்ச்சக் கேளீர்
பாலகனே கண்மணியே பகருவேன் யான்
வண்ணமுடன் செம்புதனை தான் எடுப்பாய்
வளம் பெறவே ஆறுவகை ஜெயநீர் தன்னுள்
எண்ணமுடன் தான் உருக்கி சாய்ப்பா யப்பா
எழிலான ரவியொளியை என்ன சொல்வேன்
நண்ணமுடன் செம்பு தான் எடுப்பாய் மைந்தா
நலம் பெறவே பாய்ச்சுதற்கு வகை சொல்வேனே.

சொல்லவே மதி தானும் பத்துக்கு ஒன்று
துப்புரவாய் தாமுருக்கி பத்துக்கு ஒன்று
வெல்லவே கொடுத்துப் பார் மாற்று ஆறும்
வேதாந்தத் தாய் கொடுத்த வேதையாகும்

கொல்லவே நாளுக்கு ஓர் பரிதான் சேர்க்க
கொற்றவனே மாற்றதுவும் எட்டதாகும்
................வேதை யென்று எண்ணுதே
துரை ராஜ சுந்தரனே மகிமை பாரே.

குறிப்பு: இந்த லிங்கக் கட்டு நோய்களுக்கு காலனாகும். அரிசியளவு எடுத்து திரிகடுகு கூட்டி தேனில் கொடுக்க, பிரலாபசுரம் — வாந்தி — பேதி — நரம்புத் தளர்ச்சி முதலிய நோய்களைத் தீர்க்கும்.

வெடியுப்புக் கட்டு (வேதை)

ஆச்சப்பா இன்ன மொரு கருமானங் கேள்
அப்பனே அகவலியார் சொன்ன நீதி
காய்ச்சல் என்ற வெடியுப்பு ஐந்தாங் காய்ச்சல்
கனமுடனே தானெடுப்பாய் கம்பி தானே
மூச்சடங்க ஆறுவகை ஜெயநீர் தன்னால்
முக்கியமாய் வாட்டிடவே கம்பி கட்டும்
மாச்சலது வாராது கம்பி உப்பு
மன்னவனே வாட்டிடவே கட்டிப் போச்சே.

கட்டின தோர் வெடியுப்பு தானெடுத்து
காவலனே தங்கமதை மேலே சுற்றி
திட்டமுடன் பத்துக்கு ஒன்று தங்கம்
தீர்க்கமுடன் தான் சுற்றி பிரியின் மேலே
சட்டமுடன் திராவகத்தில் வாட்டித் திரு
சார்பான பிரியதுரை உண்ணும் உப்பு
நட்டமது வாராது மதியும் அப்பா
நாயகனே உட்கொண்டு இறுகுந் தானே

தானான மதியுப்பு இறுகி யல்லோ
தகைமையுடன் கண் சிவந்து பொருமி நீளும்
கோனான புலஸ்தியனே பூபா கேண்மின்

கொற்றவனே செங்கதிரோன் செந்தூரந்தான்
மானான செந்தூரம் என்ன சொல்வேன்
மகத்தான வெடியுப்பு செந்தூரத்தை
பானான பரணியிலே பதனம் பண்ணு
பாச்சுதற்கு பாலகனே வழி சொல்வேனே

சொல்லவே மதிதனிலே பத்துக்கு ஒன்று
சுருதிபெற தானுருக்கி சுவாயப்பா
வெல்லவே உருக்கு முகம் தன்னில் ஈய
வேகமது மாற்றதுவும் என்ன சொல்வேன்
புல்லதுவும் மாற்றதும் எட்டே யாகும்
பூ பாலா இவ்வேதை காரம் மெத்த
....
அப்பனே மாற்றதுவும் பத்தே யாச்சு.

பத்தான மாற்றதும் என்ன சொல்வேன்
பண்புள்ள புலஸ்தியனே பால சீஷா
முத்தான தங்கமது பிறலித் தங்கம்
முயற்சி யுள்ள தங்கமது பசுமைத் தங்கம்
சத்தான தங்கமது சாற்ற ஒண்ணாது
சதுரான வேதை..............................
வெற்றியுள்ள தங்கமது புகல ஒண்ணாது
வேதாந்த தாயுரைத்த வேதை யாமே.

ஆமேதான் இவ்வேதை இன்னஞ் சொல்வோம்
அப்பனே ரவிதனிலே பத்துக்கு ஒன்று
நாமே தான் உரைத்தபடி உருக்குமுகந் தன்னில்
நாயகனே தான் கொடுக்க மாற்றேறு பத்து

போமேதான் காவிக்கும் உப்புக்கும் ஏகா
பொங்க முடன் செப்பொன்னும் செப்பலாகும்
நாமே தான் உரைத்தபடி பல போக்கெல்லாம்
தகைமையுடன் பொய்யாகும் இது மெய்யாமே.

சய குலாந்தகன் (மருந்து)

கூறவே புலஸ்தியனே புண்ணிய வானே
குவலயத்தில் சித்துமுனி ரிஷிகள் தேவர்
தேறவே பல நூல்கள் கண்டு ஆராய்ந்து
தேற்றமொடு சொன்ன தொரு பாடுமில்லை
மீறவே அசுவனியார் தேவர் பாதம்
மிக்கவே யான் பணிந்து புகலுகின்றேன்
ஆறவே சயரோக குலாந்தகன் தான்
அன்புடனே யாம் உரைப் போம் அன்புள்ளானே.

அன்பான தாளகமும் பலந்தான் ஒன்று
அப்பனே தானெடுத்து செப்பக் கேளீர்
வன்பான சுண்ணும்புக்குள் பொதிந்து
வளமுடனே காடியது மிகவே பெய்து
கன்னமதை மேலும் அதை கீழும் இட்டு
சுந்தரனே காடி தன்னுல் வேக விட்டு
வின்னமது நேராமல் மூன்று முறை யப்பா
வித்தகனே திட்சையது செய்திடாயே

செய்யவே திட்சையது ஆன பின்பு
செயமான தாளகத்தை எடுத்து மைந்தா
உப்பவே கண்டங்கத்திரி தான் அப்பா
உத்தமனே சார் நாழி சுருக்குத் தாக்கு

மெய்ம்மையாய் சுருக்கதுவுந் தீர்ந்த பின்பு
மேன்மையுடன் மேற்கலசம் செப்புவேன் பார்
துய்யவே சுக்காணும் சுண்ணமப்பா
துப்புரவாய் சுரு விட்டு ஆட்டிடாயே.

ஆட்டியே மெழுகு பதம் ஆன பின்பு
அப்பனே தாளகத்துக்கு அங்கி பூட்டி
தாட்டிகமாய் ரவி தனிலே காய வைத்து
தற்பரனே கோழி யென்ற புடந்தான் போடு
நாட்ட முடன் புடம் ஆறி எடுத்துப் பாரு
நாயகனே வெந்துமது சுன்னம் ஆகும்
நீட்டமுடன் பற்பமதை பதனம் பண்ணு
நீ மகனே அனுபானம் அறிந்து கொள்ளே.

கொள்ளவே வெண்ணையது தேனும் ஆகும்
கொப்பெனவே சூரணமே ஏதென்றுக்கால்
தெள்ளமிர்தம் ஆனதொரு தாளிச பத்திரி
தெளிவான சூரணத்தை செய்து கொண்டு
மெல்லவே சீனியது சரியாய்க் கூட்டி
மேன்மையுடன் தான் கொடுக்க அனுபானத்தால்
அள்ளியதோர் சலகாசம் ஈளைகாசம்
அன்பனே உடலை விட்டு ஓடுந் தானே.

தானுன ரோகமது மந்தார காசம்
தாக்கான சுவாசமோடு வெள் ஒக்காளம்
மாறுன மகோதரம் பாண்டு ரோகம்
மகத்தான விப்புருதி காச பேதி

தேறுன கழிச்சலது சலநீர்ப் பாய்ச்சல்
செரியாத மந்தமொடு விஷ நீர்க் கோர்வை
பாறுன பல ரோக சில் விஷங்கள்
மறக்குமடா சடலம் விட்டு சண்ணுந் தானே.

பூ நாகச் செம்பு ரச வித்தை

முதல் பாட்டு, புலஸ்தியனுக்கு கருமானத்தை சொல்லுகிறேன் பார் என்பதாம்.

தெளிவான பூ நாகம் பலம் பத்து ஆகும்
தேற்றமுடன் தானெடுப்பாய் குணம் உள்ளோனே
ஒளிவான நற்பசுவின் பாலில் அப்பா
உறுதியுடன் தான்கலந்து ஊறப் போடு
களியான மண்ணை தன்னைக் கக்கிப் போடும்
காவலனே நாவலனே கருதக் கேளீர்
வெளியான ரவி தனிலே காய வைத்து
வேட்ட முடன் தானெடுப்பாய் மன்னு கேனே

மூன்றுவது பாட்டு, "பூநாகத்தின் பெருமைகேளே" என்று புலஸ்தியனே பெருமைபடுத்திக்கூறல்

கூறுவேன் பூ நாகந் தன்னை எடுத்துக்
குறிப்புடன்............................
மாறுபடா மண் நீக்கி பொடியை அப்பா
மார்க்கமுடன் வெள்ளியந் தன்னில் அப்பா
வீறுடனே தாம் உருக்கிக் கிராசம் சவாய்
வித்தகனே வெள்ளியம் நீரை யுண்ணும்
ஆறுதலம் நீரை யுண்டு அப்பனே
வெட்டை முகம் ஆகுந் தானே.

வெட்டையாம் நீரையது உணடு வாங்கி
வேகான காரமது மிகவே ஊதி
திட்டமுள்ள வங்கமது செம்பே யாகி
திறமையுள்ள லோகம் போல் ஜொலிக்கும் வண்ணம்
சட்டமுள்ள தாம்பரமும் பொடியே யாகி
சாங்கமுடன் வெண்ணிறமாய் இருக்கும் பாரு
அட்டதிசை சித்தர் முனி ரிஷிகள் நாதர்
அவனிதனில் கொண்டாடும் செம்பு மாச்சே.

செம்பான செம்பதுவும் வெள்ளைச் செம்பாம்
செகந்தனிலே மருமமது காண மாட்டார்
செம்பான ரவிச் செம்பே தவளச் செம்பாம்
செகந்தனிலே நாதர்கள் கண்ட செம்பு
செம்பான செம்பதுவும் குரு தானாகும்
தேசத்தில் கர்மிகட்கு வாயா தப்பா
செம்பான செம்பதுவும் ரசச் செம்பாகும்
செப்புதற்கு நாவில்லை பா இல்லை தானே

பாவான செம்பதனைப் பதனம் பண்ணு
பாலகனே அண்டத்தின் அளவதாக
மேவவே பரணியது போலே மைந்தா
மேன்மை பெற சிமிழ் ஒன்று துவாரமிட்டு
தாவான ரச மென்ற ரசமது தன்னை
தன்மை பெற பரணி தனில் அடக்கமிட்டு
காவலென்ற மேல் பரணி தனில் அடக்கமிட்டு
காவலென்ற மேல் பரணி கொண்டு மூடி
கருத்துறவே சாதமதில் அவித்திடாயே

சாதமென்ற உலை தனையே திறந்து பார்க்க
சட்டமுடன் ரசமதுவும் இறுகிப் போகும்
நீதமுடன் வெண்ணையது போலே யாகும்
நிஷ்களங்கம் ஆனதொரு ரசத்தின் உண்மை
வேதமென்ற சாத்திரத்தின்படி ஆராய்ந்து
வித்தகனே ரசமதைத்தான் எடுத்து பாலா
நீதமதை தானுருக்க மூசை சொல்வேன்
திருத்தமுள்ள காந்தம் என்ற மூசை தூக்கே.

தூக்கியே வெண்ணெய் தனை உருக்கிப் பார்க்க
துய்யனும் வெள்ளியது என்ன சொல்வேன்
ஆக்கமுடன் வெள்ளியது மூலாமே யாகும்
அப்பனே நாதாக்கள் செய்யும் வெள்ளி
நோக்க இவ்வெள்ளி சிவமே யாகும்
நொடிக்குள்ளே சத்தி சிவம் காண லாகும்
பாக்கியங்கள் மிகவுண்டாம் இந்தப் போக்கு
பாலித்தேன் சிவவேடம் பூண்டோர்க் காச்சே.

(ரசமணி உயர்ந்த தாச்சு).

பொன்னை—மாற்று ஏற்றுவதற்கு (தங்கமாகும்)

அனந்தமாம் கோடி முறை சிட்டிகை வேதை
அப்பனே இம் முறையோ வழுது என்பார்
சினமதுவும் கொள்ளாதே சிறிய பாலா
செப்புகிறேன் வர்ணமென்ற தங்க மப்பா
கனம் போன்ற ராசனப்பா வீர ராசன்
கருதுகிறேன் பலமதுவும் ஒன்றே யாகும்
தனம் பெரிய கெந்தியது ஐந்தே யாகும்
சாற்றுகிறேன் புலஸ்தியனே தன்மை யோனே.

தன்மையாம் சாரமது நான்கே யாகும்
சாங்கமுடன் வெண்காரம் பலம் ரெண்டாகும்
உண்மையாம் பூரமது ரெண்டே யாகும்
உத்தமனே இதுவெல்லாம் கல்வ மிட்டு
திண்மை பெற ஆடு தீண்டாப் பாலைச் சாற்றால்
நீர்க்கமுடன் தானரைப்பாய் எட்டு ஜாமம்
வன்மையுடன் ரவிதனிலே காய வைத்து
வாகு பெற பின்னுமது செப்பக் கேளே

செப்ப வென்றால் புலத்தியனே இன்னங் கேளீர்
தெளிவான வித்ததுவும் ஏதென்றுக்கால்
ஒப்பமுடன் முருக்கவிட வித்து தானும்
ஒகோகோ முறைப்படியே சேர் நான்காகும்
தப்பிதங்கள் நேராமல் துய்ய பாலா
சாங்கமுடன் சலமதனில் ஊறப் போடு
அப்போதே மேல் தோலை நீக்கி மைந்தா
அன்புடனே ரவிதனிலே காயப் போடே.

போடப்பா காய்ந்த பின்பு வித்து எடுத்து
பொங்க முடன் புதுக் கலசம் தன்னிலிட்டு
நீடப்பா வாய் தனிலே சில்லு மிட்டு
நிட்களங்கமான சீலை செய்து
பாடப்பா பாடாக உறுதி கொண்டு
பாலகனே அடிக் கலசம் துவார மிட்டு
ஆடப்பா கம்பியது நாட்டியே தான்
அப்பனே குழிதனிலே வைத்திடாயே.

வைத்துமே கலசமென்ற அடியி லப்பா
வண்மை பெற பீங்கானை அடியில் வைத்து
பொய்த்துமே போகாமல் தயிலம் வாங்கு
பொன்னவனே தயிலமது வாங்கு வாங்கு

சத்தெல்லாம் கொடுத்துமல்லோ தயில மாச்சு
சதுவிகத் தயில பதனம் பண்ணு
வித்தான தயில மதைமது என்ன சொல்வேன்
வேதாந்த தாயினது தயில மாச்சே.

ஆச்சப்பா தயிலமது என்ன சொல்வேன்
அப்பனே பொன் வண்ணத் தயில மாச்சு
மூச்சப்பா யாருக்கும் வெளி விடாதே
மூதண்ட தயிலமென்றே செப்புவார் பார்
காச்சுகின்ற தயிலமது இதற்கொவ்வா
காசினியில் நாதாக்கள் ரிஷிகள் சித்தர்
ஆச்சரியமாய் செய்கின்ற தயில மாச்சு
அப்பனே விள்ளாதே தலை தான் போமே.

தலையான தயிலமதை எடுத்து மைந்தா
சார்புடனே முன் சொன்ன சரக்கு தன்னில்
கலை பருத்து இத் தயிலமதை கல்வ மிட்டு
கன்னவனே தானரைப்பாய் எட்டு சாமம்
சிலையான தயிலமதால் அரைத்த பின்பு
சிறப்புடனே சிறு உண்டையாகச் செய்து
குலையாமல் முன்போலே கலசந்தன்னை
குறிபெறவே தாபமிட்டு எடுத்துக் கொள்ளே.

கொள்ளவே மார்க்கமது சொல்ல ஒண்ணாது
குவலயத்தில் நாதாக்கள் விள்ளாரப்பா
என்னளவும் பிசகாது கை பாகந்தான்
எடுத்துமே கலசமதில் சரக்கை யிட்டு
தெள்ளமிர்தம் ஆனதொரு சரக்கு தன்னை
சில்லிட்டு சீலையது வலுவாய்ச் செய்து
உள்ளபடி குமிழ்ந் தயிலம் முன் போலாக
உத்தமனே தான் இறக்கிச் செப்பக் கேளே.

செப்ப வென்றால் தயிலமதை எடுத்து மைந்தா
செகந்தனிலே வெகு கூத்து ஆடலாகும்
ஒப்பரிய ஏமமது மாற்று ஆறும்
ஓகோகோ நாதாக்கள் கூறும் வண்ணம்
இப்பெரிய ஜாலமது என்ன ஜாலம்
எழில் பெரிய பொன்னுக்கும் மாற்றே யாகும்
நெப்ப மென்ற தகடதுதான் விரல் தான் நீளம்
நேர்மையுடன் தானெடுத்துப் பார் மைந்தா பாரே.

பாரப்பா பொன்னதனை தகட தாக்கிப்
பரிவுடனே முன் சொன்ன தயில மப்பா
நேரப்பா தகட்டின் மேல் பூசி மைந்தா
நெறியுடனே ரவிதனிலே காய வைத்து
சீரப்பா ஓட்டின் கீழ் உப்புங் காலி
சிறப்புடனே கீழ் மேலும் இட்டு மன்று
காரப்பா எருவடுக்கி புடத்தைப் போடு
காணலாம் பத்து வயதுள்ள பொன்னே.

சொன்னதொரு தங்கமது பத்து பத்து
போகாது இராவகங்கள் புடந்துக்கு ஏகா
மன்றுள மன்னர்களுக்கு உகந்த தங்கம்
மாட்சிமையாய் சித்தர் முனி மதிக்கும் தங்கம்
தென்னவனே புலஸ்தியனே புனித வானே
தேசத்தில் ரிஷிகள் முதல் கூறு வண்ணம்
கன்னவனே உத்தமர்க்காய் பிழைக்க வென்று
காசினியில் மனது உவந்து சொல்ல லாச்சே.

சொல்ல வென்றால் இத்தயில மார்க்கங் கேளு
சொருப மென்ற துய்யனும் வெள்ளி தன்னில்
நல்ல தொரு தகடாகத் தட்டி மைந்தா
நலம் பெறவே தயில மதைப் பூசி முன்போல்
வல்லமையாம் முன்னுரைத்த புடம் போலாக
மகிமை பெற புடம் போட்டு ஆறின பின்
மெல்லவே எடுத்துப் பார் பொன்தான் ஏமு
மேன்மையுடன் தானிருக்கக் காணலாமே.

காணவே இத்தயிலம் குடவனிலே தாக்க
காசினியில் சுயத்தங்கம் பிறவித் தங்கம்
பூணலாம் சமுசாரிக்கான வித்தை
பூவுலகில் கருமிகட்கு வாய்க்குமோ சொல்
மாணமருங் கல்வியுள்ள மாண்பர் காண்பார்
மானிலத்தில் மதிமுடர் காண்பார் உண்டோ
பாணமென்ற தங்கமது பசுமைத் தங்கம்
பாரினிலே புண்ணியர்க்கு வாய்க்குந்தானே.

தானான தயிலமது புலஸ்தியா கேள்
தகைமையுடன் பல நூலும் கண்டு ஆராய்ந்து
கோனான ராஜருக்கும் குருக்களுக்கும்
கொற்றவனே மனுநீதி தவறு வண்ணம்
பானான பராபரியை மனதில் உன்னிப்
பட்சமுடன் யானுரைத்தேன் புலஸ்தியா கேள்
தேனான பெருநூலாம் குரு நூலாகும்
தேற்றமுள்ள பன்னீராயிரந் தானுச்சே

பொன் மாற்று உயர்வு

ஆச்சப்பா இன்னமொரு மார்க்கஞ் சொல்வேன்
அப்பனே புலஸ்தியனே மச்சகேந்திரா
காமப்பா காசினியில் யாருங்காணார்
கருவான பூவரசு நூறு ஆண்டப்பா
வேமப்பா முத்தினதோர் மரத்தின் மூலம்
நெருங்கு பட மூலமது பலந்தான் நூறு
தாமப்பா மண் போகக் காய வைத்து
தண்மைபெற பொடிக் கண்டமாக தாக்கே

ஆக்கியதோர் மூலமதை எடுத்துப் பாலா
அப்பனே பெரும்பாண்டம் தன்னிலிட்டு
வாக்கியமும் தப்பாமல் சீலை செய்து
வளமைபெற குழித் தயிலமாக வாங்கி
நேசக்கமுடன் தயிலமதை பதனம் பண்ணு
நும்பமுடன் பூவரசன் வித்து வாங்கி
பாக்கியங்கள் தான்பெறவே துய்ய பாலா
பாலகனே சேரதுவாய் தூக்கி வாங்கே.

வாங்கியதோர் வித்து அதனை விருப்பாய்க் கேளு
வண்மை பெற முன் சொன்ன தயில மப்பா
ஏங்கியே விழியாதே புலஸ்தியா கேள்
என் மகனே கவிராஜ கண்ணே யாகும்
ஓங்கியே முன்னுரைத்த தயில மூலம்
உத்தமனே தானெடுத்து உகமை யோடு
தேங்கியே பாராமல் தெளிவுள்ளானே
தேற்றமுடன் வித்ததனை அரைப்பாய் தானே.

தாறுனை தயில மதில் அரைக்கும் காலம்
தற்பரனே சித்பரனே தயவுள்ளோனே
கோறுன எனதையர் அகவனியர் தேவர்
கொண்டனைத்துப் பட்சமுடன் குறித்த பாகம்
மாறுன கெந்தியது பலமும் பத்தாகும்
மன்னவனே சாரமது பலம் அஞ்சாகும்
தாறுன தயிலமதில் விடடேயாட்டி
தெளிவுடனே மைபோல் அரைத்திடாயே.

அரைக்கையிலே மெழுகுபதம் ஆனபோது
அப்பனே புலஸ்தியனே மதியுள்ளானே
திரையதுவும் இல்லாமல் குன்றிபோல்
தீர்க்கமுடன் தான் உருட்டி ரவியில் வைத்து
முறையான கலசம் ஒன்று பாண்டம் தன்னில்
முறைப்படியே சில்லிட்டு சீலை செய்து
குறை யொன்றும் தவறுமல் தணலில் வைக்க
கூர்மை யுள்ள தயிலமது கூற ஒண்ணாதே.

ஒண்ணாது தயிலமதைப் பதனம் பண்ணு
உத்தமனே யாமுரைக்க உவமை கேளீர்
கண்ணுன தயிலமதை எடுத்து மைந்தா
கருத்துடனே பாய்ச்சுதற்கு வகை சொல்வேன் பார்
திண்மைபெற தயிலமதை எடுத்துப் பாலா
தீர்க்க முள்ள மாற்று ஆணிப்பொன் போல்
வன்மைபெற தகடுதாக்கிப் பூசி மைந்தா
மகிமை பெற ரவிதனிலே காயப் போடு.

போட்டுமே காய்ந்த பின் எடுத்து மைந்தா
பொங்கமுடன் காவியது கீழ்மேல் இட்டு
நீட்டமுடன் ஒட்டில் வைத்து எருவடுக்கி
நீதியுடன் புடம் ஆறி எடுத்துப் பார்க்க
வட்டமுள்ள ரவி தெளிவாம் தங்கம் தங்கம்
வரிசை பெற ராஜாக்கள் அணியும் தங்கம்
தோட்டமுள்ள பிறவி யென்ற தங்க மாச்சே
தெளிவான சுயத்தங்கம் என்னலாமே.

என்னலாம் வெள்ளியது துய்யா னப்பா
எழிலான வெள்ளியது தகடு தாக்கி
சொன்னபடி முன்னுரைத்த தயிலம் தன்னை
சூட்சமுடன் தகடுதனில் லகுவாய்ப் பூசி
நன்னயமாய் வேகித்து ரவியில் வைத்து
நலம் பெறவே காவிக்குள் பொதித்து மூடி
பன்னவே எருவடுக்கி புடந்தான் தாக்கு
பகர வொண்ணு தங்கமது வர்ணிக்கும் எட்டே.

எட்டான மாற்றதுவும் பொன்னே யாகும்
எழிலான பொன்னதுவும் புடத்துக்கேகா
மாட்டான பொன்னென்றும் யாரும் சொல்லார்
மானிலத்தில் புடத்துக்கு உறுதி தங்கம்
கட்டான தயிலமது காய கற்பம்
கடின முடன் கொண்டவர்க்கு காய சித்தி
அட்டாணுந் திரிந்தாலும் வாதி காணுர்
அப்பனே அகவனியார் உரைத்த வாக்கே.

வாக்கான தயிலமது குன்றி யப்பா
வளம் பெறவே கொண்டவர்க்கு வாசி போகா
போக்கான சுவாசமது மேல் நோக்காது
பொங்கமுடன் சடலமது சட்டை தள்ளும்

நோக்கமுடன் சித்தர் பதம் பணிந்து மல்லோ
நோயகளும் காயசித்தி கொள்ளும் போக்கு
ஆக்கமுடன் யாம் உரைத்த தயில கற்பம்
அப்பனே கர்மிக்கு காட்ட ஒண்ணாதே.

காட்டினால் வெகுகோடி பாவம் நேரும்
காசினியில் கர்மிகளும் பாவிகளும் உண்டு
நாட்டமுடன் மனதறிந்து பதமறிந்து
நலம் பெறவே உபதேசம் செய்ய வேண்டும்
நாட்டிகமாய் வெகு கோடி மாண்பரப்பா
தாரணியில் நல்லவர் போல் இருப்பாரப்பா
தேட்ட முடன் நெடுங்காலம் மனதறிந்து
தெளிவு பெற உபதேசம் செய்யல் நன்றே.

நன்றான உபதேசம் பெற்றிட்டாலும்
நளினமுடன் சன்மார்க்க நிலைகள் வேண்டும்
குன்றான மலைபோல கோடித் தங்கம்
குவலயத்தில் பெற்றென்ன பலனுமில்லை
தென் திசையில் பொதிகை தன்னில் வெகு கோடி
சித்தர்
தேசமெல்லாந் திரிந்தே சமாதி பூண்டோர்
ஒன்றுமே கண்டதில்லை ஒடுக்க மானோர்
ஓகோகோ நாதாக்கள் என்பர் தாமே.

ஜெய வீர ராஜன் குளிகை

என்னவே இன்னமொரு வகைமானங் கேள்
எழிலான புலஸ்தியனே புகல்வேன் அப்பா
சொன்னதொரு வீரமது பலந்தான் ஆகும்
சுந்தரனே தானெடுப்பாய் இல்லைப் பாலில்

நன்னயமாய் ரவிதனிலே காயப் போடு
நலமாக கட்டியது முழுது மட்டும்
பன்னவே காய்ந்த பின்பு வீரந் தன்னை
கருவாகக் கவசமது செப்பக் கேனே.

செப்பவென்றால் பொன்னம்பர் பலம தாகும்
செய்முன்ன ஆதமது பலமே யாகும்
ஒப்பமுடன் இரண்டையுந் தான் வேமப் பாலால்
உத்தமனே மெழுகுபதம் ஆக்கியே தான்
தப்பிதங்கள் நேராமல் தம்பிரானே
தண்மையுடன் தானரைப்பாய் சாமம் நாலு
மெப்புடனே வெண்ணெய் என்ற மெழுகுதன்னை
மேன்மையுடன் வீரத்துக்கு அங்கி கொள்ளே.

கொள்ளவே வீரமதை ரவியில் வைத்து
கொப்பெனவே சுண்ணாம்பு சீலை தன்னால்
எள்ளளவும் பிசகாமல் துய்ய பாலா
எழிலான ரவிதனிலே காய வைத்து
தெள்ளமிர்தம் ஆனதொரு புடந்தான் கோழி
தேற்றமுடன் தான்போட்டு எடுத்துப் பாரு
உள்ளபடி வீரமது மணி திரண்டு
உத்தமனே குளிகைபோல் ஆகுந்தானே.

தானான குளிகையது என்ன சொல்வேன்
தாயான மனோன்மணியாள் மெச்சும் வீரம்
மாறான மகாரிஷிகள் பதினெண் பேர்கள்
மண்டலத்தில் மெச்சுகின்ற குளிகை யாகும்
கோனான ரீராஜர் பதிமன்னர் மெச்சும்
கோபாலா இக்குளிகை கணக்கோ மெத்த
தேனான தேவரிஷி அகவனியார் தாமும்
தெளிந்துரைத்த குளிகையது எவக்குத் தாமே.

எனக்கு உரைத்த குளிகையது வீரமப்பா
எழிலான பாகமதை கண்டு ஆராய்ந்து
மனக் குறைகள் இல்லாமல் மகிமை வானே
மண்டலத்தில் யாம் உமக்கு உரைத்தோம் அப்பா
சினமதுவும் இல்லாமல் தீர வானே
சிக்கெனவே முறையோடு முடிப்பீரானால்
கனமான குளிகையினால் அனேகங் காட்சி
காசினியில் காண்பதற்கு இடம் உண்டாமே.

இடமான குளிகைதனை எடுத்து மைந்தா
எழிலுடனே ஆவதுவும் கறக்குங் காலம்
திடமான மனதுடனே முதுகின்மேல்
வைத்தாயானால்
தீர்க்கமுடன் ....
கெடமான ஆவதுவும் பால்தான் அப்பா
கேண்மையாங் கறவாது குளிகையாலே
விடமான குளிகைதனை எடுத்த போது
வீரான பாலமுர்தம் சுரக்குந்தானே.

சுரக்குமே பாலமிர்தம் அதிகம் காணும்
சுந்தரனே இக்குளிகை பெருமை மெத்த
உரத்ததொரு குளிகைக்கு இன்னம் சொல்வேன்
உத்தமனே வீரன்என்ற ராசன் தானும்
இறப்பதற்கு சிரவணத்துக்கு இடமேதென்றால்
எழிலாக சித்தருட மரபு கண்டு
நிரக்கவே குளிகையது எடுப்பாய் மைந்தா
நிஷ்களங்க மாகவே தானுரைக்கக் கேளே.

உரைக்கவே ஆறுவகை செயநீர் தன்னால்
உத்தமனே ரசிதம் என்ற தகட்டில் அப்பா
திரையதுவும் நேராமல் தூய்ய பாலா
துப்பறவே அணுவளவு தடவினுக்கால்
புரையாகி வெள்ளியது பழுக்கு மப்பா
புங்கசித்தி கொண்டதொரு புண்ணிய பூபா
மறைவான புடமதுவும் இட்ட போது
மகத்தான தங்கமது பத்து மாத்தே.

பத்தாக மாற்றுமது பகர ஒண்ணாது
பாரினிலே சித்தர் ரிஷி மெச்சும் வேதை
சித்தான நவகோடி ரிஷிகள் நாதர்
சிறப்புடனே தாம்கண்டு மதிக்கும் தங்கம்
முத்திபெறும் சிவயோகி மாண்பருக்கு
மூறுலகில் அகவலியார் சொன்ன நீதி
எத்திசையும் காணூர் கனிந்த போக்கு
எழிலாக தாமுரைத்த குளிகை பாரே.

பாரப்பா இக்குளிகை குடவனிலே பூட்ட
பழுக்குமடா குடவனுமே தங்கம் தங்கம்
நேரப்பா சொல்வதற்கு நாவே யில்லை
நெடிதாக பசுமையுள்ள பிறவித் தங்கம்
சேரப்பா இக்குளிகை செம்பினிலே ஊட்ட
சிறந்ததொரு செம்பொன்னு தங்கமாகும்
கூறப்பா சிவயோகத் தங்கம் என்று
குவலயத்தில் சொல்லுதற்கு நாவுண்டாச்சே.

உண்டான இக்குளிகை என்ன சொல்வேன்
உத்தமனே வனுந்திரங்கள் செல்லும்போது
தண்டகாரணியம் அதில் ஏகுங்காலம்
தற்பரனே குளிகையது தன்னை யப்பா

கொண்டதொரு குளிகைதனை கயிறு மாட்டி
கொற்றவனே இடுப்பதனில் அங்கி மாட்டி
மிண்டுடனே காட்டகத்தே செல்லும் போது
மிக்கான தனி வழியும் காணார் பாரே.

தனியான பாதை வழி நடக்கும்போது
திண்மையுள்ள கானகமும் கண்ணில் தோன்று
முனியான ராட்சதரும் தம்மை தீண்டார்
உத்தமனே ஏவல் பில்லி சூனியந்தான்
கனியான சித்தர் முனி நாதர் தாமும்
கண்டாலும் உமதிடத்தில் ஒன்றும் பேசார்
பனியான வனந்திரங்கள் செல்லுங் காலம்
பாலகனே மிருகங்கள் கிட்டா தன்றே.

அன்றவை யானைமுதல் ஏனந்தானும்
அப்பனே உனைக்கண்டால் வணங்கும் பாரு
குன்றான கஜ முதலும் சிங்கம் யாளி
கூரான புலிகரடி செந்நாய் தானும்
வென்றிடவே உமைக் கண்டால் விலகிப் போகும்
வேதாந்த தாயாரும் அருள் உண்டாகும்
சென்றாலும் எவ்வளமாம் காடே புக்கில்
சேராது பசாசு முதல் குளிகை யாமே.

முதலான குளிகையது என்ன சொல்வேன்
முதுலகில் ஆருந்தான் காணு வீரம்
மதயானை வீரன் என்ற குளிகையாலே
மகத்தான வேதை முகம் கோடியுண்டாம்
சதகண்ட ராவணனும் குளிகை கொண்டான்
....
....
தாரணியில் இக் குளிகைக்கு ஈடு ஒண்ணாதே.

ஜெய கண்டி மாத்திரை

பாரப்பா செயகண்டி மார்க்கஞ் சொல்வேன்
பண்மைபெற புலஸ்தியனே பண்பாய்க் கேளு
ஆரப்பா ஜெயகண்டி மாத்திரை தானப்பா
அப்பனே யாம் உரைப்போம் அறிந்த மட்டும்
சேரப்பா லிங்கமது பலமே யாகும்
செப்பரிய பூரமது பலமே யாகும்
தேரப்பா வீரமது பலமே யாகும்
தேர்ந்தெடுத்த கெந்தியது பலம் ஒன்றுமே.

ஒன்றான பாஷாணம் பலம் ஒன்றாகும்
உத்தமனே கவுரியது பலம் ஒன்றாகும்
வென்றிடவே சரக்கெல்லாம் கல்வமிட்டு
வெற்றிபெற ஆறுவகை செயநீர் தன்னால்
....
....
தென்திசையில் அகவனியார் உரைத்த வண்ணம்
தேர்ந்தெடுத்த கைபாக முறை யதாமே.

முறையான செயநீரை விட்டு ஆட்டு
முக்கியமாய் எண் ஜாமம் அரைத்த போது
குறையொன்று நேராமல் மிளகு நீரால்
குறிப்புடனே தான் அரைப்பாய் மெழுகு போலே
திறை நீக்கி ரவி தனிலே காய வைத்து
தீர்க்கமுடன் தானுருட்டி திறமாய் அப்பா
புறைபோகா வண்ணமுடன் குன்றி போலாம்
புட்கரனே தானுருட்டி ரவியில் வையே.

வைத்துமே சீசாவில் பதனம் பண்ணு
வளமை பெற மாத்திரை உண்பதற்கு
பொய்த்துமே போகாமல் வாசியோகம்
பொங்கமுடன் செய்து கொண்டு அனுபானங் தேன்
முத்தான தேனதிலே மண்டலந் தான்
முயற்சி பெற கொண்டவர்க்கு காய சித்தி
சத்தான திரேகமது இறுகி யல்லோ
சாகரமும் காண்பதற்கு ஏது வாச்சே.

(பின் 4—பாடல்கள் வாசியைப் பற்றி சொல்வது விடப்பட்டது. இது பல நோய்களுக்குக் காலனுகுமென்று தோன்றுகிறது).

சிவ குளிகை

நன்றான இன்னம் ஒரு மருமஞ் சொல்வேன்
நாதாக்கள் தேசமதில் ஆடுங் கூத்து
குன்றான மலைபோலே குளிகை யப்பா
கூறுகிறேன் புலத்தியனே புண்ணிய பாலா
தென் திசையில் அகஸ்தியார் எந்தனக்கு
செப்பினதோர் குளிகையது மகிமை சொல்வேன்
வென்றிடவே ரிஷிகள் முனி சொரூபர் தாமும்
விண்டதில்லை இவ்வேதை கருவுள்ளானே.

கருவான குளிகையது சூத ராஜன்
காசினியில் விண்டவர்கள் ஆருமில்லை
தருவான சூதமது பலந்தான் ஆகும்
தாக்கான துருசியது பலம் ரெண்டாகும்
குருவான சுயப்பாண்டந் தன்னில் அப்பா
கொற்றவனே பொடிபண்ணி சூதம் விட்டு
பருவமுடன் தர்க்காலம் ஆற விட்டு
பக்குமவாய் சலமதனை இறுத்திடாயே.

இறுத்துமே வடிகொண்டு சூதந் தன்னை
எழில் பெறவே சீலைதனில் வடிதான் கொண்டு
பொறுத்துமே பின்னும் ஒருக்காலும் அப்பா
பொங்கமுடன் துருசுதனைத் தூவித் தூவி
நிறுத்துமே சூதமதை நிறுத்துப் போடு
நீதியுடன் தான் பிழிந்து வெண்ணெய் தன்னை
வெறுத்துமே வெண்ணெய்தான் எடுத்து பாலா
வேகமுடன் மத்தங் காய்க்குள்ளே வையே.

வைத்துமே புடமது தான் பத்தே யாகும்
மகத்தான ரசமதுவும் இறுகிக் கூடும்
பொய்த்துமே போகாது ரசமாம் வெண்ணெய்
பொலிவான கட்டியது உருண்டை போலாம்
வைத்துமே மண்மறைவில் புடந்தான் நிறு
நாதாந்த ரசமது மணி போலாகும்
வைத்துமே மூலிகை யாம் உரைப்போம்
கருத்துடனே புலஸ்தியனே கேட்டிடாயே.

கேட்கவென்றால் மூலியது ஏதென்றக்கால்
கெடியான சங்கை மூலியப்பா
நாட்டமுடன் விளங்காயின் பிரமாணந்தான்
நலமுடனே தாலவரைப்பாய் நண்புள்ளானே
தேட்டமுடன் மூலியதுக்கு உள்ளே யப்பா
தெளிவான சன்னத்தின் லவங்கப்பட்டை
தாட்டிகமாய் பலமதுவும் நிறுத்துமல்லோ
தயாபரனே கவசமது செய்திடாயே

செய்யவே ரசவுண்டை தன்னுக் கப்பா
செம்மதுடன் கவசமதுக்கு அங்கி பூட்டி
கை தவறுவண்ணம் அதுவும் கோழியாக
நாவலனே போட்டுப்பார் இறுகி நிற்கும்

....

....

மெய்ம்மையுடன் ரசமதுவும் மணி போலாகும்
மேன்மையுள்ள குளிகையென்று சொல்லலாமே.

செப்பலாம் ரசமதற்கு இன்னம் சொல்வோம்
செழிப்பான மூலிகையாம் கரும் பசளை யாகும்
ஒப்பமுடன் மூலிகையினால் அங்கி பூட்டி
உத்தமனே தசபுடமும் போட்டா யானால்
தப்பிதங்கள் நேராது ரசமும் அப்பா
தப்பாது கல்மணியாம் கடி சேயாகும்
எப்படியும் ரசமதுவும் மணியே யாகும்
எழிலாக காயாதி குளிகை யாச்சே

ஆச்சப்பா குளிகைதனை எடுத்து மைந்தா
அப்பனே பனையின் தன் மூலத்தாலே
நீச்சப்பா மூலியது விஷமே யாகும்
நிஷ்களங்க மானதொரு சாற்றையப்பா
போச்சப்பா சாறென்று விடுக வேண்டாம்
பொலிவான சாறதனை கருக்குத் தாக்கு
வீச்சமுடன் ரசமது வீறு அடங்கி
விண்ணுலகில் காயாதி கற்பமாமே.

கற்பமாம் குளிகையது மணிபோல் ஆகும்
காசினியில் யாருந்தான் காணப் போரார்
அற்பமென்று நினையாதே அன்புள்ளானே
அகிலமதில் நாதாக்கள் ஆடுங் கூத்து
சொற்பெரிய குளிகையது என்ன சொல்வேன்
தோராத சிவகுளிகை என்னலாகும்
கற்பமது சிவகுளிகைக்கு இதற்கு ஒவ்வாது
காசினியில் விதியுள்ளான் காண்பான் தானே.

காண்பானே சிவமாண்பன் காண்பான் தானே
கண்டவர்கள் யாரேனும் காண்ப தில்லை
விண்பான மானிடர்கள் காண்பதுண்டோ
விட்டகுறை இருந்தவற்கு எல்லாம் சித்தி
ஆண்மையாம் குளிகையது யார்தான் செய்வார்
அப்பனே கடந்த சித்து செய்வார் பாரு
பூண்பான குளிகையது போக்கு சொல்வேன்
பொலிவான சிவயோகிக்கு உறுதி பாரே.

பாரப்பா சிவயோகம் செய்யும் போது
பாங்குடனே குளிகைதனை வாயில் இட்டு
கூறப்பா சின்மயத்தை நினைத்துக் கொண்டு
குறிப்புடனே வாயிலிட்டு செபிக்கும் போது
நேரப்பா வாசியது மேல் நோக்காது
நெடிதான கும்பகத்தை அறிய லாகும்
ஆரப்பா ஆறுதலம் காண லாகும்
அப்பனே மனோன்மணியைக் காண்பார் தாமே.

காணவென்றால் புராதனமாம் பொருளுங் காண்பார்
காயாதி குளிகையினால் எல்லாம் சித்தி
பூணலாம் குளிகையது வலுவினாலே
புங்க சித்தி எட்டுமது கொள்ள லாகும்
வேணபடி யோகத்தை நிறுத்தி ஏற
வேண்டியதோர் கருமானம் இதனால் ஆகும்
ஆணவங்கள் மிஞ்சாமல் யோகங் கொள்வீர்
அப்பனே சதா நிஷ்டை கொள்வீர் தாமே.

சார மண்டலம்

(துருசுச் சுண்ணம், கந்தகச் சுண்ணம்)

காட்டவே இன்னம் ஒரு கருமானங் கேள்
காவலனே புலஸ்தியனே மச்சகேந்திரா
தாட்டிகமாம் சரமண்டலம் யானுரைப்பேன்
தப்பாது மாணுக்கர் பிழைக்க என்று
வாட்ட முடன் திருநீறு பாஷாணத்தான்
வளமுடனே தானெடுப்பாய் புண்ணியா கேள்
தாட்டிகமாய் வீரமது சரி நேரொக்க
தற்பரனே ஆறுவகை ஜெயநீர் கூட்டே.

கூட்டியே தானரைப்பாய் மெழுகு போலே
குறிப்புடனே துருசிக்கு அங்கி கொண்டு
வாட்டமுடன் ரவிதனிலே காயப் போடு
வளமுடனே சீலையது வலு வாய்ச் செய்து
திட்டமுடன் புடமதுவும் கோழியாகத்
தீர்க்கமுடன் போட்டிடவே சுண்ணம் பாகும்
வாட்டமது நேராது வழலை பாகம்
வளம் பெரிய சுண்ணமதை சொல்ல ஒண்ணுதே.

சொல்ல வென்ருல் நாவில்லை பாவும் இல்லை
சுந்தரனே புலஸ்தியனே மச்ச கேந்திரா
புல்லவே சுன்னமதை தானெடுத்துப்
புங்கவனே வெடியுப்புக்கு அங்கி கொண்டு
நல்ல தொரு ரவிதனிலே காய வைத்து
நலமுடனே சீலையது வலுவாய்ச் செய்து
தென்னியதோர் புடமதுவும் கோழியாக
தேற்றமுடன் போட வகை செப்பக் கேளே.

செப்பவென்ருல் சுன்னமது சொல்ல ஒண்ணுது
செகந்தனிலே யாராலும் கூறலாகா
ஒப்பமுடன் சுன்னமதைத் தானெடுத்து
உத்தமனே கெந்தியதுக்கு அங்கி கொண்டு
தப்பிதங்கள் நேராமல் தார் வண்ணு கேள்
தயாபரனே ரவி தனிலே காய வைத்து
எப்படியும் சீலையது வலுக்கச் செய்து
எழிலான கோழியென்ற புடத்தைப் போடே,

போடவே புடம் ஆறி எடுத்துப் பாரு
பொன்னவனே கெந்தியது பற்பமாச்சு
நீடவே பற்பமதை என்ன சொல்வேன்
நிகழ் களங்கமான தொரு சுன்ன மப்பா
ஆடவே சுன்னமது சர மண்டலந்தான்
அப்பனே கொள்ளுவதற்கு வகைதான் கூறுவேன்
சாடவே பற்பமது தேனில் உண்ண
சாங்கமுடன் ரோகமது செப்பக் கேளே.

செப்ப வென்ருல் குன்றியது காலை மாலை
செய் பாகங் குறையாமல் உண்ட பேர்க்கு
ஒப்பமுடன் பாண்டு காசரோகம் போகும்
உத்தமனே சில் விஷங்கள் மகோதரங்கள்
தப்பிதங்கள் நேராது துய்ய பாலா
தாரணியில் வெகு ரோகம் சய ரோகந்தான்
எப்படியும் ஈளை முதல் சுவாசகாசம்
எழிலுடனே தேகம் விட்டு ஓடுந்தானே.

கடுக்காய் கற்பம்

இருக்கவே புலஸ்தியனே இன்னங் கேளு
எழிலான காயாதி கற்பம் சொல்வேன்
பொறுக்கவே பூவுலகில் நெடுங் காலம்
பொங்கமுடன் இருப்பதற்கு உறுதி சொல்வேன்
நிருத்தமுடன் செங்கடுக்காய் சேர்தான் ரெண்டு
நிலையான சூதமது சேர்தான் ஒன்று
திருத்தமுடன் மலைத்தேனில் ஊறவைத்து
திகமுடனே பூமிதனில் புதைத்திடாயே.

புதைக்கவே மண்டலமும் மூன்று சென்றால்
புகழான செங்கடுக்காய் சூதம் உண்டு
சிதைத்துமே தேனதுவும் பொசித்துமே தான்
சிறப்பான மெழுகது போல் ஆகும் பாரு
விதையான கடுக்காயும் சூதம் சேர்ந்து
வாறான காய கற்பம் மெழுகு மாச்சு
சதையான செங்கடுக்காய் கற்பமாகி
தன்மையுள்ள தேகமது கற்றூண் ஆமே.

கல்லான தூணதுவும் கடுக்காய் தன்றால்
காயாதி கற்பமதுக்கு உறுதி யாச்சு
வல்லான காயமது கொண்ட போது
வரை கோடி நிறை கோடி இருக்கலாகும்
....
....
நல்ல தொரு காயமதைக் கொண்ட போது
நரை திரையும் நாயகனே இல்லைதானே

(சட்டை தள்ளும். தேகம் அழியாது. தேகம் தங்கம் போலாகும். பின் இரண்டு பாடல்கள் தொகுப்பு).

கெந்தகச் செம்பு

(ரசமணி)

பகரவே கெந்தியது சேர்தான் ஒன்று
பாங்கான காரமது சேர்தான் பாதி
நிகரமுடன் தானெடுத்து தேங்காய்ப் பாலில்
நிகட்சியுடன் தானரைப்பாய் நாலு ஜாமம்
வகரமென்ற போக்கதுவுக்கு இந்த பாகம்
வண்மையுடன் செய்யுகின்ற வண்மை பாரு
தகரமென்ற இரும்பாலே சட்டியப்பா
தன்மையுடன் அடுப்பேற்றி சரக்கைப் போடே.

(பக்கங்களைச் சுருக்க மற்ற பாடல்களின் பொருள் கள் மாத்திரம் எழுதப் படுகிறது.)

மேற்படி சரக்கை அடுப்பேற்றி கமலாக்கினியில் எரிக்கவும். கடுகுபதம் வரும்போது வழித்து அதில் அதற்கிடை சூதம் சேர்த்து குழிக்கல்லிட்டு. பழு பாகற் சாற்றினாலே நாலு சாமம் அரைப்பாய்.

பிறகு வில்லையது வட்டு போல் செய்து ரவிதனில் காய வைத்து ஓட்டிவிட்டு சீலை செய்து கோழி புடமிடவும். களங்காகும். அக்களங்கில் காரமிட்டு மூசைதனில் இட்டு சீலைசெய்து உலர்த்தி அடுப்பிலிட்டு உருக்கு. களங்கு உருகி மாற்றாகும். தங்கமென்ற செம்புமாச்சு. அதை பரீஷை செய்து அதனுள் சூதத்தை உள்ளடக்கி (சூதத்தின் எடை சொல்லவில்லை).

வாட்டவே சூதமது இறுகிப் போகும்—மணி போலே நிற்கும். மணியெடுத்து சாரணைகள் செய்யவும். நாட்ட முடன் சாரணைகள் என்னவென்றால் காயமான தும்பம் என்ற பூண்டுமாகும். சாரணைகள் செய்ய மணியாகும். இக்குளிகையை வாயில் அடக்கிக் கொண்டால் நாள் ஒன்றுக்கு ஆயிரம் நாழிகள் நடக்கலாம்.

மேற் சொன்ன குளிகையை செந்தூரம் செய்ய முறை

ரசத்துக்கு, கெந்தி எட்டில் ஒன்று தாளகம் அதற்கு பாதி ஒன்றாய்க் கூட்டி அதற்கு நிகர் சினம் சேர்த்து ஆறுவகை ஜெயநீரினால் மைபோல் ஆட்டி, பிறகு பொடி செய்து அதைக் காசிக் குப்பியில் அடைத்து மாக்கல்லால் மூடி சீலை வலுவாய்ச் செய்யவும். மண்பாண்டத்தில் வீரற்கடையளவு மணல் கொட்டி அதன் மேல் குப்பியிட்டு கழுத்தளவு வரை மணலைக் கொட்டி மேல் சட்டி மூடி சீலை செய்து நாலு சாமம் எரிக்கவும். செந்தூரமாகும்.

செந்தூரப் போக்கு (வேதை)

செந்தூரத்தை வெள்ளியில் நூற்றுக்கு ஒன்று கொடுக்க மாற்று பதினாறு ஆகும். செம்பதனில் நூற்றுக்கு ஒன்று உருக்கு முகத்தில் கொடுக்க சுயத் தங்கம், பிறவித் தங்கம், துரைராஜ சுந்தரனார் தங்க மாச்சே. அந்த தங்கத்தை வெள்ளியில் பத்துக்கு ஒன்று தாக்க தங்கம். செந்தூரத்தை குடவலையே உருக்கி நூற்றுக்கு களஞ்சி கொடுத்து பிறகு வாரடித்து புடம் போட சுயத் தங்கமாகுமாச்சே.

சிங்கி வேதை

சிங்கியென்ற மிருதார் சிங்கி ஒரு பலம் வாங்கு. கல்லாவின் பழத்தை புதுப்பாண்டத்தில் இட்டு அதன் மேல் நடுவில் சிங்கியை வைத்து மேலும் மேற்படி பழத்தை பொதித்து மேல் ஓடு இட்டு சீலை செய்து ரவியில் காயவைத்து பத்தெருவில் புடம் இடவும். சிங்கி புகையடங்கி கட்டும் பாரே. இப்படி மேற்படி சிங்கியை பத்து புடம் இடவும். விட்டகுறை இருப்போர்க்கு வாய்க்கும். முழுக்கட்டாகும்.

அதை ஆறுவகை ஜெயநீரால் சாமம் அரைக்கவும். மறுபடியும் அதை வில்லைகள் செய்து காயப்போடு. பிறகு ஓட்டி விட்டு சீலை செய்து கோழிபுடமிடவும் ஆறிய

பிறகு பார்க்க பற்பமாய் இருக்கும். பதனம் பண்ணு. செம்பை உருக்கி அதன் எடைக்கு பற்பத்தை கிராசம் கொடுக்க களிம்பறும். செம்பு தங்கம் என்க.

தாளகவேதை

ஓதுவேன் புலஸ்தியனே உண்மையோனே
ஓகோகோ நாதாக்கள் மறைத்து வைத்தார்
நீதமுடன் தாரம் என்ற வேதையப்பா
நிஷ்களங்கம் ஆனதொரு சுருக்கு வேதை
போதமுடன் தாரமது சேர் தான் அப்பா
பொங்கமுடன் கற்கண்ணம் பொதித்து மல்லோ
நீதமுடன் தாளகத்தை சுத்தி செய்து
நீதியுடன் தான் எடுப்பாய் நீதி யுள்ளானே.

நிதியான வித்தையது ஏம வித்தை
நீணிலத்தில் நாதாக்கள் மறைத்த வித்தை
பதியான பதியமர்ந்து காட்டகத்தில்
பாங்குடனே முக்கள்ளிப் பாலால் அப்பா
விதி போலே மண்டலந்தான் சுருக்குத் தாக்கு
வீரான தாளகமும் மடிந்து மல்லோ
மதிபோன்ற நிறமது போல் மெழுகுமாகி
மகத்தான காரமது உண்டாம் பாரே.

(மண்டலம் : 48 - மணி நேரம்).

பாரேதான் மெழுகு வகை போக்கு சொல்வேன்
பாங்கான கண்டரது சரிநேர் ஒக்க
நேரேதான் ஆறுவகை ஜெயநீர் தன்னால்
நேர்மையுடன் தானரைப்பாய் துருக தன்னை

சேரே தான் தாளகத்துக்கு அங்கி பூட்டி
சிறப்புடனே சீலையது கற்சுண்ணந்தான்
வீரே தான் போகாமல் ஏழு சீலை
வீருடனே செய்து மல்லோ ரவியில் வையே.

வைக்கவே ரவி தனிலே காய்ந்த பின்பு
வளமுடனே புத்துமண் சீலை செய்து
நைக்கவே சீலையது வலுவாய்ச் செய்து
நலமுடனே புடமதுவும் ஏது என்றக்கால்
பொய்க்காமல் ஐம்பதெரு புடத்தைப் போடு
போக்கான தாளகமும் கட்டிப் போகும்
மெய்க்கவே தாளகமும் கட்டிப் போனால்
மேதினியில் வாத வித்தை மெய்யது ஆச்சே.

ஆச்சப்பா தாளகமும் சத்தே யானால்
அப்பனே வாத வித்தை கைக்குள் ஆச்சு
மூச்சடங்கி தாளகமும் உருகியல்லோ
முனையான கருவங்கம் போல் ஆகும் பார்
மாச்சலது வாராத வங்கமப்பா
மானிலத்தில் மாண்பர்களும் காணு வித்தை
ஆச்சரிய மானதொரு வங்கச் சத்து
அப்பனே தங்கமென்ற சத்து காணே.

காணவே தங்கமென்ற வங்கச் சத்தை
கருவான நாகத்திற்கு இடையே கூட்டி
தோணவே ரசமதுவுஞ் சுத்தி செய்து
தோராமல் வங்கம் இடை சூதஞ் சேரு
பூணவே மூன்றும் ஒன்றாய் உருக்கிப் பாரு
புகழான சூதம் என்ற பிட்டு போலாம்
காணரிய வங்கமென்ற சத்து தானும்
காசினியில் யாரேனுங் காண்பார் தானே.

தானான தாரமென்ற சத்து தன்னால்
தாக்கான சூதமென்ற நாகந்தானும்
கோனான தாளகத்தின் சத்து தன்னால்
கொற்றவனே சரக்கெல்லாம் சத்தே யாகும்
தேனான சத்துடனே தங்கம் சேர்த்து
தெளிவுடனே தானரைக்க வகையை கேளீர்
மானான ஆறுவகை ஜெயநீர் தன்னால்
மன்னவனே தானரைப்பாய் ஜாமம் நாலே.

புலஸ்தியர் அகத்தியரை ஜெயநீர் பாகங் கேட்டது.
(அறுவகை ஜெயநீர் சொல்வது)

நாலான ஜாமமது அரைக்க வென்று
நன்மையுடன் குருநாதா எந்தன் சாமி
பாலான ஜெயநீர் தான் ஏது என்றக்கால்
பாலகனே எந்தனக்கு பட்சங் கொண்டு
சூலான பாகமதை எந்தனுக்கு
சுந்தரரே சூட்சமமதை தெரியவென்று
மேலான பதாம்புயத்தைத் தான் பணிந்து
மெல்லடிக்குப் பதந்தொழுது பணிந்திட்டாரே.

பணிந்துமே நிற்கையிலே கும்ப முனி
பட்ச முடன் மனதுவந்து புலஸ்தியர்க்கு
துணிந்துமே ஆறுவகை ஜெயநீர் தன்னை
துப்புரவாய் முறைபாகம் கைபாகந்தான்
மணிபோன்ற கண்டரது ஒன்றே யாகும்
மகத்தான மதியுப்பு ரெண்டே யாகும்
துண்டரிகம் ஆனதொரு சாரந்தானும்
துப்புரவாய் ரெண்டிடையாய்க் கூட்டக் கூட்டே.

கூட்டியே காரமது நாலதாகும் 4
குணமான சீனமது எட்டதாகும் 8
வாட்டமுடன் கரியுப்பு ரெண்டதாகும் 2
மகத்தான சரக்கெல்லாம் ஒன்றாய்க் கூட்டி
நீட்டமுடன் கருவுடனே ஜெயநீராய்ச் செய்து
கொண்டு
நிஷ்களங்க மாகவல்லோ சரக்கை எல்லாம்
பூட்டகம் போல் ஜெயநீராய் இறக்கியல்லோ
புகழான சரக்கதனை அரைத் திடாயே.

(மேற்படி பொடியை வாலையிலிட்டு திராவகமாக வடித்துக் கொள்வதுதான் முறை)

அரைக்கையிலே சரக்கெல்லாம் மடிந்து கொல்லும்
அப்பனே புலஸ்தியனே மச்ச சேந்திரா
நிறையகன்ற தாளகத்தின் சத்து தன்னை
தீர்க்கமுடன் செந்தூரம் செய்வதற்கு
முறையான முறைப்படியே கெந்தி தானும்
முசியாமல் சத்து கருயிடை காலாக
மறைவாகத் தான் சேர்த்து ஜெய நீரப்பா
மார்க்கமுடன் அரைப்பாய் ஜாமம் எட்டே.

எட்டான செந்தூரம் அரைத்துமே தான்
எழிலான ரவிதனிலே காயப் போடு
திட்ட முடன் ரவிதனிலே காய்ந்த பின்பு
தீர்க்கமுடன் காசியென்ற குப்பி தன்னில்
தன்மையுள்ள செந்தூரம் அதில் பொதிந்து
சட்ட முள்ள சீலையது ஏழு செய்து
வட்டமுள்ள பாண்டமதில் மணலைச் செம்பி
வளமான பாண்டமதில் பொதித்திடாயே.

பொதிந்துமே இன்னம் ஒரு விதேதஞ் சொல்வேன்
பொங்கமுடன் புலஸ்தியனே புகலக் கேளும்
விதியளவாய் மேலும் அந்த மணலைச் செம்பி
வித்தகனே மேற்பாண்டந் தன்னால் மூடி
பதியவே சீலையது வலுவாய்ச் செய்து
பாங்கு பெற ரவிதனிலே காய வைத்து
மதியுடனே வாலுகா யந்திரத்தால்
மன்னவனே தான் எரிப்பாய் சாமம் பததே

பத்தான ஜாமமது எரித்த போது
பாலகனே செந்தூரம் என்ன சொல்வேன்
சத்தான நியாறிக் குளிர்ந்த பின்பு
சட்டமுடன் பாண்டமதைத் திறந்து பார்க்க
முத்தான செந்தூரம் என்ன சொல்வேன்
மூதுலகில் நாதாக்கள் செய்யும் வேதை
பத்தியுள்ள மாண்பர்களும் காண மாட்டார்
பாலகனே புலஸ்தியனே பகர்ந் திட்டேனே.

தாளக செந்தூர வேதை முகம்

கேளப்பா செந்தூரந் தன்னை எடுத்து
கெவனமுடன் சீசாவில் பதனம் பண்ணு
பாரப்பா போகாமல் செந்தூரத்தை
பாலகனே பாச்சுகின்ற வகைதான் பாரு
மீளவே மதிபோன்ற வெள்ளி தானும்
மிக்கவே சதம் நூறு நிறுத்துக் கொண்டு
மானவேவெள்ளி தன்னை உருக்கி மைந்தா
மன்னவனே களஞ்சி யிடை தான் பாச்சிடாயே.

பாய்ச்சலே மாற்றதுவும் பத்தே யாகும்
பாங்கான தங்கமது சொல் லொண் ணாது
மாச்சலது வாராத தங்கம் அப்பா
மகத்தான சிவயோகித் தங்க மாகும்
பாச்சலுடன் வாரடித்துப் புடத்தைப் போடு
பழுப்பான தங்கமது சகமையாகும்
ஆச்சரியம் ஆனதொரு தங்க மப்பா
அப்பனே நாதாக்கள் வேதை தானே.

(விட்ட குறை இருப்பவர்களுக்கு கிட்டுமெனல், என்ற பாடல்கள் விடப்பட்டது.)

அன்றான செந்தூரந் தன்னை யப்பா
அப்பனே செம்புதனில் நூற்றுக்கு ஒன்று
வென்றிடவே தானுருக்கி களஞ்சி யீய
வேதாந்த தாயினது அருளினாலே
குன்றான மலைமீதில் விளையுந் தங்கம்
கூறான தங்கம் இதற்கு ஈடாமோ சொல்
அன்றுதித்த ஆதிசிவன் பூணுந் தங்கம்
அப்பனே பிறவி யென்ற தங்க மாச்சே

ஆச்சப்பா தங்கமதை வாரடித்து
அப்பனே புடம் போட பிறவித் தங்கம்
மூச்சடங்கிப் போனதொரு சித்தர் தாமும்
மூதுலகில் தானறிந்த தங்க மாகும்
மாச்சலது வாராது பசுமைத் தங்கம்
மகத்தான நாதாக்கள் செய்யுந் தங்கம்
ஆச்சரியம் ஆனதொரு செந்தூரந்தான்
அப்பனே விதியாளி அறிவான் பாரே.

பாரேதான் செந்தூரந்தனை யெடுத்து
பட்டமுடன் பாச்சுதற்கு வகையைக் கேளும்
நேரேதான் குடவலிலே நூற்றுக்கு ஒன்று
நேர்மையுடன் தான் உருக்கி களஞ்சி யீய
சீரேதான் குடவனது ஊரல் அற்று
செப்ப ஒண்ணாத் தங்கமது பசுமைத் தங்கம்
வீரேதான் உப்புக்குங் காவிக்கும் ஏகா
வித்தகனே விளைவு தங்கம் என்னவமே.

மருந்தாக உபயோகிக்க

என்னவே செந்தூரந் தன்னை யப்பா
எழிலாக உண்பதற்கு வகையைக் கேளு
சொன்னபடி திரிகடுகு சூரணத்தில்
சொர்ணமுள்ள செந்தூரம் குன்றியாக
பண்ணவே சூரணமாங் களஞ்சி தன்னை
பாகமுடன் தானருந்த செந்தூரந்தான்
உன்னிதமாய் ரோகமெலாம் தீர்ந்து மல்லோ
உத்தமனே காயாதி கல் நூன் ஆமே.

அப்பிரக செந்தூரம்

கோடியாம் புலஸ்தியனே குணமுள்ளானே
கூறுகிறேன் அப்பிரக செந்தூரத்தை
தேடியே ஆராய்ந்து பலநூல் பார்த்து
தெளிவுடனே கண்டறிந்த பாகமப்பா
நாடியே அப்பிரகம் சேர்தான் அப்பா
வளமுடனே தானெடுத்து நவிலக் கேளு
பாடியே நீதமதை நூன தாக்கிப்
பாலகனே பாண்டமதில் இட்டிடாயே.

இட்டுமே மூலிகைதான் சொல்வேன் அப்பா
எழிலான வந்தார மாமூலி யப்பா
தொட்டுமே சாறு பிழிந்து பாண்ட மிட்டு
தோராயல் பட்சமது சென்ற பின்பு
பட்டுமே கோணிதனில் இட்டு மைந்தா
பழுதறவே இட்டதையால் பிழியும் போது
விட்டுமே கசடற்று நீதம் அப்பா
வீரமுடன் கசியுமது விளக்கம் பாரே

விளக்கமாம் நவநீதம் தனை எடுத்து
வித்தகனே ரவிதனிலே காய வைத்து
களக்கமிலா கல்வத்தில் இட்டு மைந்தா
கவனமுடன் வெடியுப்பு ரெட்டி சேர்த்து
துளக்கமுடன் வெடியுப்பு காலதாகும்
துப்புரவாய் வளையலுப்பு காலதாகும்
பளக்கமுடன் கெந்தியது காலதாகும்
பாங்கான நிமிளையது காலதாமே.

(பாடலில் சந்தேகம். 5-வது வரியில் வெடியுப்பு என்பது இந்துப்பாக இருக்கவேண்டும்).

காலான சரக்கெல்லாம் ஒன்றாய்க் கூட்டி
கண்ணான மைபோலே அரைப்பாய் அப்பா
மாலான வெள்ளெருக்கன் பாலினாலே
மகிமைபெற நாற்பது நாள் அரைத்தபோது
தூளான நவநீதம் வெண்மையாய் ஆகி
துகளற்றுக் குற்றமது நீங்கியே தான்
சேலான மை தனக்கு ஒப்பே யாகும்
செகந்தனிலே நீயும் ஒரு சித்தனாமே.

சித்தனென்றே சொல்வார்கள் செகதலத்தில்
செப்புகிறேன் மையதனை பில்லை தட்டி
சத்தியென்ற ரவிதனிலே காய வைத்து
சட்டமுடன் அகலில் இட்டு சீலை செய்து
புத்தியுடன் ரவிதனிலே காய வைத்து
பொங்கமுடன் கெச புடமாய் போடு போடு
பக்தியுடன் புடம் ஆறி எடுத்துப் பாரு
பாலகனே மாசற்ற நீதம் தானே.

நீதமாய் நவநீதம் பற்ப மாச்சு
நீடாழி யுலகமதில் யார்தான் செய்வார்
கோதமுடன் இப்படியே பத்து முறை போடு
தோராத பற்பமது சிவந்து காட்டும்
சாதகமாய் மறுபடியும் கல்வமிட்டு
தப்பாமல் ஆறுவகை செயநீர் தன்னால்
ஆதம் என்ற நவநீத ரசமும் அப்பா
சுட்டெரிந்து சரக்கதுவும் சிவக்கும் பாரே.

பாரேதான் ஆறுவகை செயநீர் தன்னால்
பட்சமுடன் தானரைப்பாய் நாலு சாமம்
சீரேதான் அரைத்த பின்பு சீலை கட்டி
சிறப்புடனே ரவிதனிலே காய வைத்து
நேரே தான் காய்ந்த பின்பு அதனை யெடுத்து
நேர்மையுடன் சில்லிட்டு சீலை செய்து
வேரேதான் குழி வெட்டி ஆள் பள்ளந்தான்
வெட்டி வெளிதன்னிலே புடத்தைப் போடே.

போடவே புடமதுவும் ஏதென்றுக்கால்
பொங்கமுடன் கெசபுடமாய் போடு போடு
நீடவே புடம் ஆறி எடுத்துப் பாரு
நிகழ்ச்சியுள்ள செந்தூரம் என்ன சொல்வேன்

நாடவே யிப்படியே ஐந்து பத்து போடு
நயமான செந்தூரம் நவில ஒண்ணாது
கூடவே நாதாக்கள் சொல்ல வில்லை
குணமான செந்தூரம் கூற ஒண்ணாதே.

போக்கான செந்தூரம் உண்பதற்கு
பொங்கமுடன் நாதாக்கள் காலம் போலே
தூக்கமது தனையகற்றித் துய்ய பாலா
சுத்தமுடன் பாலுடனே அன்னம் அப்பா
வாக்கதுவும் பிசகாது வண்மையோடு
....
....
....

அம்பிரக செந்தூரம். (சாப்பிடும் முறை — அனுபானம்)

கேளப்பா புலத்தியனே கெனித வானே
கெவனமுடன் கற்பமது கொள்வதற்கு
பாளப்பா போகாமல் இடைதான் பாரு
பாங்கான அயத்தினுட செந்தூரந் தான்
கேளப்பா நேராமல் ஒன்றே யாகும்
குணமான காந்தமதின் செந்தூரந் தான்
ஆளப்பா செந்தூரம் அரை காலாகும்
அப்பனே அப்பிரகங் கூறுவேனே.

கூறுவேன் அப்பிரகம் இரு காலாகும்
கொற்றவனே இவையெல்லாம் ஒன்றாய்க் கூட்டி
யாறுபடா இடைபாகம் சரியாய்க் கொண்டு
மன்னவனே நெல்லிடை யதாம் அனுபானத்தில்

வீறுடைய அனுபானம் ஏதென்றுக் கால்
வித்தகனே நத்தை யென்ற குரி மூலம்
தேறவே ஆராய்ந்து சூரணித்து
தேற்றமுடன் அதில் வைத்து கொண்டிடாயே.

கொண்டிடவே அனுபானம் ஏதென்றுக்கால்
கொற்றவனே தேனுகும் வெண்ணை யாகும்
....
....
....
....
நன்றான தேகமதில் கற்பம் உன்னு
நலமுடனே இருவேளை கொள்ள வேண்டும்.

வளமையுடன் ஆறு திங்கள் பாலோடு அன்னம்
நீக்கவே புளி காரம் உப்பு நீக்கி
நீதியுடன் தான் உண்டு பழக்கம் செய்யே
....
....
....
தானான புலஸ்தியனே மூவாண்டு அப்பா
தப்பாமல் காயாதி செந்தூரத்தை.

கோனான எனதையர் அகவலி தேவர்
கொற்றவனார் சொன்னதொரு நீதி போலே
தேனான கற்பமதை உண்டால் அப்பா
தேகமது கல் தூணாய் இறுகும் பாரு
கரும்பான வயிரம் போல் சித்தி யுண்டாம்
கசடில்லை நரையில்லை திரையும் இல்லை
பெரும்பாண்டம் என்னும் ஒரு மண்ணின் பாண்டம்
பேரான இரும்பென்ற பாண்டமாச்சே

துருசு செம்பு சுத்தி (வேதை)

சத்திமாய்க் கூறுகிறேன் புலஸ்தியா கேள்
தாரணியில் கீர்த்தி பெற்ற எந்தன் கண்ணே
நித்தியமும் நவகோடி ரிஷிகள் தம்மை
நினைப்பதுவே உந்தமக்கு நீதியாகும்
பக்தியுடன் பதினெண் பேர் சித்தர் போலும்
பட்சமுடன் நினைப்பதுவே உறுதி யாகும்
முத்தியது உந்தமக்கு வாய்க்கும் பாரு
மூதுலகில் நீயுமொரு சித்தன் ஆமே.

ஆமேதான் சொல்லுகிறேன் புலஸ்தியா கேள்
அப்பனே கண்மணியே புத்திவானே
நாமேதான் சொன்னபடி செம்பு வாங்கு
நயமான துருசினுட செம்பு வாங்கு
போமேதான் அயப்பாண்டந் தன்னை துலக்கிப்
பொங்கமுடன் துரிசதனைப் பொடியதாக்கி
சாமேதான் துருசதுவும் சாவதற்கு
சட்டமுடன் வகை சொல்வேன் தன்மை பாரே

பாரப்பா துருசு பொடி தன்னைப் போடு
பாங்குபெற பனிசலத்தை அதிலே வாரு
நேரப்பா பூநீரை கொஞ்சம் போடு
நேர்மையுடன் துருசுக்கு நாவில் ஒன்று
ஆரப்பா கலக்கியதை மூன்றும் நாள்தான்
அப்பனே கழுவியதை எடுத்து மைந்தா
சேரப்பா படிகாரம் சாரம் சேரு
செம்மையாய் ரசமதுவும் பாதி சேரே.

சேர ஒன்றாய் ஆறுவகை ஜெயநீர் தன்னால்
செப்புகிறேன் நாற்சாமம் அரைக்க வேண்டும்
திர்க்கமுடன் தானரைத்து மைபோல் ஆட்டி
திகழாக வச்சிரமாம் குகையில் வைத்து
ஏர்க்கவே சில்லிட்டுச் சீலை செய்து
எழிலாக உலையிலிட்டு உருக்கிப் பாரு
மூர்க்கமுள்ள துருசதுவும் செம்பே யாகி
முனையான தங்கம் போல் இருக்குந் தானே.

தானான செம்புதனைப் பதனம் பண்ணு
தகைமையுடன் தன்போக்கு கூறுவேன் யான்
தேனான செம்புதனைத் தகடடித்து
செப்புகிறேன் அதன் போக்கு விபரங் கேளு
மானான கடலையென்ற புளிப்பு தன்னை
மன்னவனே பூநீறு கூடக் கூட்டி
பானான மைபோலே தானரைத்துப்
பாலகனே சிமிழ்தனிலே பதனம் பண்ணே.

(குறிப்பு: பூ நீரையும் புளியையும் சேர்த்து அரைத்து கவசம் செய்ய வேண்டும்)

பண்ணியே மெழுகதனைத் தகட்டில் பூசி
பனிங்குடன் தகட்டிற்கு கீழ் மேலாக
நண்ணமுடன் பூசியபின் காவிக் குள்ளே
நாதாக்கள் முறைபோல புடத்தைப் போடு
எண்ணரிய நற்பொருளாம் கனக சிங்கம்
எழிலான திரை நீங்கி கசடு அகன்று
வண்ணமுள்ள பொன்போல் சோதி காட்டும்
மன்னவனே செம்பு சுத்திக்கு இணை வேறுண்டோ?

வேதை முகம்

....

....

ஆச்சப்பா இச்செம்பை பதனம் பண்ணு
அப்பனே மதி நாலுக்கு ஒன்று தாக்கு
பாச்சவே வெள்ளியது பழுப்பு மாகிப்
பாலகனே ஏழுவயதுள்ள பொன்னே யாகும்
ஆச்சரிய மானதொரு பசுமை பொன்னும்
அப்பனே துருசினுட பொன்னும் ஆமே.

பொன்னான பொன்னதுவும் பசுமை பொன்னும்
பொங்கமுடன் பத்துக்கோர் தங்கம் சேர்த்து
தென்னவனே தானுருக்கி வாரடித்து
செப்புகிறேன் பூங்காவி தன்னிலப்பா
மன்னவனே இப்படியே மூன்றுபுடம் போடு
மகத்தான பொன்னதுவும் தங்க மாச்சு
கன்னவனே இத்தங்கம் என்ன சொல்வேன்?
காளியின் நாதாக்கள் தங்கம் ஆமே.

வேதை முகம்

அன்றான செம்புக்கு போக்கு சொல்வேன்
அப்பனே கெந்தியது நாலுக்கு ஒன்று
தென் திசையில் அசுவனியார் சொன்ன வாக்கு.
தேற்றமுடன் தேராமல் மதியம் பூண்டு
குன்றான செம்புக்கு கிராசம் ஈவாய்
கொற்றவனே ஈந்த பின்பு செப்பக் கேளீர்
வென்றிடவே ஓட்டிவிட்டு ஊதிப் போடு
வேதாந்த தாயினது செம்பு மாச்சே.

ஆச்சப்பா செம்புதனை பதனம் பண்ணு
அப்பனே வெள்ளி தனில் நூத்துக்கு ஒன்று
மூச்சடங்கி இருந்ததொரு தங்கச் செம்பை
முனையாக தானுருக்கி குரு ஒன்று ஈய
பேச்சொன்றும் நேராது தங்கச் செம்பால்
பேரின்ப நிரல்தனையே காட்டும் செம்பாம்
ஆச்சரிய மாகவல்லோ எட்டு மாற்று
அப்பனே வேதை முகம் காணலாமே.

துருசு சேம்பால் சூதமணி

மேற் சொன்ன துருசு செம்பால் ஒரு குமிழ் செய்து, இருகும் செய்து அதற்குள் சூதம் விட்டு, சாதம் வேகும் போது சிமிழை அதிலிட்டு ஆறியபின் பார்க்க சூதம் புட்டுப் போல் இருக்கும்.

வெண்மையான சூதத்தை பதனம் பண்ணு. அறுவகை ஜெயநீரால் படிகாரச் சுண்ணத்தை அரைத்து மணிக்கு கவசம் செய்து மணல் மறைவில் புடத்தைப் போடு. இறுகிக் கட்டும்.

மேற்சொன்னபடி ஐந்து புடங்கள் போடவும். சூதம் அயமதுபோல் இறுகிக் கட்டும். இம்மணி சின்மயத்தின மணியேயாகும். கவன மணி என்றும் செப்பலாகும். வாயிலிட்டால் துப்புரவாய் ஆகாயம் காணலாம்.

மேற்கூறிய சூதமணியை செந்தூரித்தல்

ஒரு பலம் சூதமணியை கல்வத்திலிட்டு முப்பூவில் களஞ்சி கூட்டி அரைக்கவும். அதற்கு சமன் கெந்தி, துருசு நான்கு, எல்லாவற்றையும் கல்வமிட்டு அறுவகை ஜெயநீரால் நாற்சாமம் அரைத்தால் மெழுகு போல் ஆகும்.

ரவியில் காயவைத்து பொடியாகச் செய்யவும் அதை குப்பியில் அடைத்து மாக்கல்லால் மூடி ஏழு சீலை வலுவாகச் செய்து, ஒரு பாண்டத்தில் மணல் கொட்டி நடுவில் குப்பி வைத்து மேலும் மணலைக் கொட்டவும்.

பிறகு மேற் பாண்டம் மூடிநிலை வலுவாய்ச் செய்து அடுப்பேற்றி இருபத்து நான்கு ஜாமம் கமலாந்தினியால் எரிக்கவும் ஆறிய பிறகு திறந்து பார்க்க செந்தூரம் அருணன் போல் ஜொலிக்கும்.

வெள்ளியில் நூற்றுக்கு ஒன்று கொடுத்து உருக்கிப் பாரு. வயது காணாது. ஆனால் மேற்படி வெள்ளியை துலாம் எடுத்து செம்புதனில் நூற்றுக்கு ஒன்று கொடுத்தால் செம்பு பத்து மாற்று ஆகும் வாரடித்து புடம் போட தங்கமது இருபத்தைந்தே.

ரச செந்தூரத்தால் தீரும் வியாதிகள்

வாதம்	...80	உளமாந்தை	...6	மூலம்	... 6
பித்தம்	...40	சூதக வாயு	...	கிராணி	... 8
சிலேத்துமம்	...96	சுழல் வாதம்	...4	பீனிசம்	... 8
சூலை	...18	இடுப்புவலி	...6	மண்டையிடி	... 4
கிரந்தி	...18	வோக்கானம்	8	தலைவலி	... 6
வயிற்றுவலி	...20	மலட்டுவலி	...9	பிறவிச்சு	... 6
குன்மம்	... 8	குடல் வலி	...	படைகள்	...16
பாண்டு	... 6	சுவாசம்	...8	குஷ்டம்	...18
க்ஷயம்	...18	நாசி நோய்	...6	கவுசி	... 6
இருமல்	... 6	சுரவாதசன்னி	...4		
கண்நோய்	...96	பௌத்திரம்	...8		

இனிமேல் இன்னும் நோய்களைப் பிரித்து சொல்ல முடியாது. சர்வ நோய்களுக்கும் கொடுக்கவும்.

துருசுப் போக்கு

துருசு ஒரு சேர் எடுத்து, ஒரு சேர் தேன் சுருக்கு கொடு. பிறகு பூநீரினால் நாலு சாமம் அரைக்கவும். பிறகு அறுவகை ஜெயநீரால் மைபோல் அரை. பிறகு பூநீறு வெண்ணையினால் கவசம் செய் ரவிதனிலே காயப்போடு. பிறகு அகலில்வைத்து அகல் மூடி சீலை செய்து உலர்த்து பிறகு உலர்த்தியெடுத்து கோழிபுடம் போடவும். காலையில் போடு. மாலையில் எடுத்துப் பார்க்க கடுங்காரமான பற்பமாகி இருக்கும்.

சுன்னத்தால் தொந்தம்

மேற்படி துருசு சுன்னம் களஞ்சியெடுத்து, வெடியுப்பு ஒரு துலாம் சேர்த்து. ஆறுவகை ஜெயநீரால் ஆட்டி காயப் போடு. எடுத்து ஓட்டிலிட்டு சீலை செய்து கோழி புடம் போடு. ஆறியபின் எடு இது வேதைச் சுன்ன மாச்சு. சுன்னத்தை சூதத்துக்கு அங்கி பூட்டு, சூதம் ஒரு துலாம்— வெடியுப்பு சுண்ணம் குன்றியளவு சேர்த்து உமிழ் நீரால் (மேற்படி ஜெயநீரால்) மத்திக்கவும். மேற்படி சுன்னத்தை மூசையிலிட்டு சூதம் விட்டு சீலை வலுவாகச் செய்.

எடுத்து சரவுலையில் வைத்து ஊது. ஆறிய பின் எடுத்துப் பார்க்க சூதம் தூய வெள்ளையாய் இருக்கும். அது மாத்திரமா? கடுங்கார சுண்ணமாய் இருக்கும். இந்த பற்பத்தில் நெல்லிடை எடுத்து அறுவகை ஜெய நீரால் மத்தித்து, பாஷாணங்களுக்கு அங்கி பூட்டி கோழி புடமிட பற்பமாகும்.

கருவங்கம் வெள்வங்கம் முதலானவைகளுக்கு, துலாம் ஒன்றை உருக்கி, மேற்படி குரு பற்பத்தை நெல்லிடை கொடுக்க பற்பமாகும்.

கௌரி பற்பத்தில் நெல்லிடை எடுத்து அறுவகை ஜெயநீரால் மத்தித்து, பாஷாணத்துக்கு அங்கி பூட்டி காய வைத்து ஓட்டில் இட்டு சீலை செய்து குக்குட புடமிட தவளம் போல் பற்பமாகும்.

கெந்திக்கு பத்தில் ஒன்று பற்பத்தை அறுவகை ஜெய நீரால் குழப்பி கவசம் செய்து புடம் மூன்றும் நாள் அங்கி பிரித்துப் பார்க்க பற்பம் காரமுள்ளதாய் இருக்கும்.

வீரம் ஒரு பலத்துக்கு நெல்லிடை பற்பத்தை அறுவகை ஜெயநீரால் குழைத்து வீரத்துக்கு கவசம் செய்து உலர்த்தி கோழிபுடம். வீரம் பற்பமாகும்.

சோடச மாத்திரை

1. லிங்கம் துலாம்...ஒன்று
2. பூரம் துலாம் ...ஒன்று
3. வீரம் துலாம் ...ஒன்று
4. காரம் துலாம் ...ஒன்று
5. கௌரி துலாம் ...ஒன்று
6. வெடியுப்பு— துலாம்...இரண்டு
7. பாஷாணம்— துலாம்...ஒன்று
8. திம்லை துலாம் ...ஒன்று
9. துருசு துலாம் ... கால்
10. துத்தம் துலாம் ... ஒன்று
11. மனோசிலைதுலாம் .. கால்
12. தாளகம் துலாம்... ஒன்று
13. மிருதார்சிங்கி— துலாம்... ஒன்று
14. சூதம் துலாம் .. இரண்டு
15. நாபி துலாம் ... ஒன்று
16. சீனம் துலாம் ... ஒன்று
17. தொட்டி துலாம்... கால்

இவைகளையெல்லாம் கல்வத்தில் பொடி செய்து அறுவகை ஜெயநீரால் மைபோல் அரைத்து குன்றியளவு மாத்திரை இதை சாப்பிடுபவர்களுக்கு தேவியின் அருள் உண்டாகும்.

தீரும் நோய்கள்

1. மேகம்
2. குய்யரோகம்
3. பாண்டு
4. படர்தாமரை
5. தீராத வயிற்றுவலி
6. சில் விஷங்கள்
7. குன்மம்
8. மகோதரம்
9. கவுசை
10. பீலிகை
11. சூலை பதினெட்டு
12. கபாலவலி
13. புண் புரைகள்
14. தீராத க்ஷயரோகம்...18
15. கொட்டாவி
10. சோம்பல்

எல்லாம் போகும். நரம்புகள் இறுகும். தேகம் கற்றாணுகும்.

சண்ட மாருதம்

1. பூரம் ...இரண்டு
2. வீரம் ...ஒன்று
3. லிங்கம் ...எட்டு
4. கெந்தி ...நான்கு
5. ரசச் செந்தூரம் ...இரண்டரை
6. தாளகம் ...ஒன்று

இவைகளையெல்லாம் கலுவத்திலிட்டு, அறுவகை ஜெய நீரால் வெண்ணெய்போல் நான்கு ஜாமம் அரைத்து உலர்த்தவும் செந்தூரம் பாஷாணங்களை சுத்திசெய்து உபயோகிக்கவும்.

தீரும் நோய்கள் : குன்றியளவு அனுபானம் அறிந்து கொடுக்க, சூலைவலி சன்னி—மேகவலி—வெடிசூலை—துடி சூலை—சில் விஷங்கள் க்ஷயரோகங்கள்—இன்னும் சொல்லொணு ரோகங்கள் தீரும்.

பூபதி செந்தூரம் (தங்க செந்தூரம்)

தங்க ரேக்கு ...ஒன்று
கெந்தி ...ஒன்று

சம்பழத்தின் சாற்றினுலே கெந்தியை அரைத்து தங்கத்துக்கு அங்கி பூட்டி ரவிதனிலே காயவைத்து ஏழு சீலை வலுவாய்ச் செய்து கோழி புடம் போடவும். புடம் ஆறின பின் எடுத்துப் பார்க்க களங்காக இருக்கும்.

அதையெடுத்து நிம்பழத்தின் சாற்றினுல் ஆறுசாமம் அரைக்கவும். பிறகு வில்லைகள் செய்து ரவியில் காய வைத்து சில்லிட்டு சீலை செய்து கோழி புடம்போடே.

புடம் ஆறி எடுத்துப் பார்க்க செந்தூரம். அது போல் சம்பழத்தின் சாற்றினுல் அரைத்து பத்து புடம் போடவும். அருணன் போல் செந்தூரமாகும். (சம்பழம்—எலுமிச்சம்பழம் நிம்பழம்—வேப்பன் பழம்)

அயச் செந்தூரம்

ஒரு பலம் அயத்தை தகடாய் தட்டிக் கொள்ளவும். ஒரு பலம் கெந்தகத்தை சம்பழச் சாற்றுல் ஆட்டவும்.

ஆட்டி தகட்டின் கீழ் மேல் பூசி ரவியில் காய வைத்து கோழி புடம் போடு களங்கு ஆகும் நறுக்கினால் பொடியாகும்.

களங்குடன் துருக—வீரம்—மிருதார் சிங்கி, வகைக்கு காலதாகச் சேர்த்து பழச்சாற்றிலே எட்டு சாமம் அரைக்கவும் பில்லை செய்து ரவியில் காய வைத்து சில்லிட்டு சீலை செய்து (குழியில்லாமல்) பூமியின் மேல் வைத்து கோழியுடம் போடு செந்தூரமாகும். மேலும் இது போல் பத்து புடம் தீர்க்கவும்.

பஞ்சலோக செந்தூரம்

பஞ்ச லோகத்தை பஞ்சபூத எடையின்படி நிறுத்து எடுத்து கல்வமதில் இட்டு அறுவகை ஜெயநீரால் நான்கு சாமம் ஆட்டவும். எடுத்து உலர்த்தவும்.

பிறகு பொடிசெய்து குப்பியிலிட்டு மாக்கல்லால் மூடி யிட்டு அழுத்தமாய் ஏழுசீலைகள் செய்யவும் உலர்த்தவும்.

ஒரு சட்டியில் நாலுவிரல் அளவு மணல் போட்டு அதின் நடுவே குப்பியை வைத்து மேலும் மணல்கொட்டி சட்டி கொண்டு மூடி வலுவாய் சீலை செய்யவும். உலர்த்தவும்.

பிறகு ஏழு நாட்கள் எரிக்கவும். எரித்து இரவுதனில் ஆறவிட்டு எடுத்துப்பாரு. செந்தூரமாய் இருக்கும். ஒரு வேளை கருத்து இருந்தால் அதை மறுபடியும் ஆறுவகை செயநீரால் அரைத்து ரவியிற் காய வைத்து பொடி செய்து குப்பிக்கேற்றி முன் போல் எரிக்கவும். எடுத்துப் பார்க்க துகளற்ற செந்தூரமாகும். குறிப்பு:—எரிப்ப தற்கு இங்கு நாள் கணக்கு சொல்லவில்லை. மூன்று நாட்கள் எரிப்பது உசிதம்.

குணங்கள்

இதை சாப்பிடுபவர்கள் பாருலகில் நீடுழியாய் இருப்பர். அனுபானம் :—முலைப்பால், தேன் ஆகும்.

மரணம் என்ற சமீபந்தன்னில் இந்த செந்தூரத்தைக் கொடுக்க எழுந்துமே வார்த்தைகள் பேசி திரும்பியே படுப்பான்.

இச் செந்தூரம் குன்றி யுண்டால் காசினியில் நோயேது- பிணிகள் ஏது. காமியங்கள் மிக உண்டாகும். அப்பனே ஏழ் ஆனை பலம் உண்டாகும்.

வாதம், பித்தம், சிலேத்தும நோய்கள் எல்லாம் போகும். தேகமது கல்தூணாகும். தேகம் மின்னும். கண்கள் செவ்வலரிபோல் ஆகும். இந்த மருந்து செய் முறையை பாபிகளுக்கும் கர்மிகளுக்கும் சொல்லாதே.

செந்தூரத்தில் தேவதை

மேற்படி செந்தூரத்தை செம்புதனில் நூற்றுக்கு ஒன்று கொடுக்க பத்து மாற்று ஆகும். பிறவியென்ற தங்கமாகும்.

வெள்ளியை உருக்கி நூற்றுக்கு ஒன்று கொடுக்க வெள்ளி பழுக்கும். மாற்று நாவால் சொல்ல முடியாது. வாரடித்து புடத்தைப் போடு. பத்து மாற்று ஆகும்.

குடவனில் நூற்றக்கு ஒன்று கொடுக்க பிறவித் தங்கம். வாரடித்து புடத்தைப் போடு. கெடிதான தங்கம் ஆச்சு.

குறிப்பு : பஞ்சலோகங்கள். தங்கம் பிருதிவி—$1\frac{1}{4}$, காரீயம்=அப்பு $1\frac{1}{2}$ செம்பு=தேயு—1. இரும்பு=வாயு—$\frac{3}{4}$, நாகம்=ஆகாயம்—$\frac{1}{2}$ இதன் எடை அளவுப்படி எடுக்க வேண்டும். இவைகளைச் சேர்த்து உருக்க களங்காகும். இதைத் தூள் செய்யவும்.

செயநீர் போக்கு

இது ஒரு சிறந்த செயநீர். பாஷாணங்களை அரைக்க வீறு அடங்கும். இந்த ஜெய நீரால் அஷ்டபூபதி மாத்திரையை அரைக்கச் சொல்லியுள்ளார். ஆனால் பலவித

மூலிகைகளின் சாற்றால் பல சாமங்கள் அரைத்த பிறகு இந்த ஜெயநீர் விட்டு அரைக்கும்படி சொல்லியுள்ளதால், இதற்குப் படும்பாடு அதிகமென்று நினைத்து, சாறு களையும் சரக்குகளையும் விடப் பட்டது.

செயநீர் செய்முறை

கல்லுப்பு — இந்துப்பு — வெடியுப்பு — கரியுப்பு — வளையலுப்பு—உவருப்பு—சவுட்டுப்பு—சாரம்—படிகாரம் எவச்சாரம்—பூநீறு இவையெல்லாம் சம எடை எடுத்து பனி நீர் விட்டு நாலு ஜாமம் ஆட்டவும்.

பிறகு பீங்கானிலிட்டு பனியில் வைக்கவும். செயநீர் ஆகும். வீரம், பூரம் பொடி செய்து மேற்படி ஜெயநீரில் கரைத்து விட கடுங்கார ஜெயநீர் ஆகும்.

குறிப்பு : சாறுகள் இல்லாமல் கூட இந்த ஜெய நீரைக் கொண்டே அஷ்ட பூபதி மாத்திரை செய்யலாம். ஆகவே மேற்படி செய்யும் சரக்குகளையும் இங்கு குறிப்பிடப் பட்டுள்ளது.

லிங்கம் பலம்	.. ஒன்று	பாஷாணம் பலம்	...ஒன்று
பூரம் பலம்	...ஒன்று	கெந்தி பலம்	...ஒன்று
வீரம் பலம்	...ஒன்று	ரூதம் பலம்	...ஒன்று
சிங்கி பலம்	...ஒன்று	தாளகம் பலம்	...ஒன்று

மேற்படி சரக்குகளை மேற்படி ஜெயநீரால் அரைத்து மை போலாக்கி (மாத்திரைகளின் அளவு சொல்லவில்லை. குளிகை எடும் என்றுள்ளது. குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி பிறகு ரவியில் உலர்த்தவும்.

அனுபானம் : தேன்—வெண்ணை — சீனி—வெந்நீர். பத்தியம் இல்லை.

தீரும் நோய்கள் :

வாயு என்பது	கவுசை	முசல்வலி
சில் விஷங்கள்	பினவை	குதிரைவலி
குன்மவதி	பிடரி நோய்	விக்கல்
சூலை	குன்மம் எட்டு	கபரோகங்கள்
பிர வீக்கம்	கழிச்சல்	பாத வீக்கம்
மேகம்	கிராணி ஆறு	மேல்மூச்சு
கல்லடைப்பு	குடல் பிரட்டல்	உப்பிசம்
சதையடைப்பு	சீதமென்ற பேதி	பொருமல்
பீனிசை	கிரந்தி பதி—னெட்டு	ஏப்பம்
மகோதரம்	காக்கை வலி	கண்டத்தில் உள்ள தொண்ணூற்றூறு நோய்கள்

இவைகள் எல்லாம் தீரும்.

சொரி சிறங்கு	பவுந்திரம்
புண் புரைகள்	கண்டமாலை
ஊறல்	மார் பவுந்திரம்
பித்தம்	இடுப்புவலி
குறை நோய்	மண்டையிடி
மூத்திர கிரிச்சரம்	கழல் வாதம்
நீர்ழிவு ஆறும்	அண்டவாதம்
மது மேகம்	குடல் வாதம்

முதலிய எல்லா ரோகங்களும் தீரும்.

அசுவனியார் சிவகுளிகை

நீர்க்கவே இன்னும் ஒரு மார்க்கம் சொல்வேன்
நீதியுள்ள புலஸ்தியனே மச்சகேந்திரா
ஆக்கமுடன் அசுவனியார் வாக்கு பொய்யா
அப்பனே நாம் கண்ட முறைதான் அப்பா
ஊக்கமுடன் யாமுனக்கு உபதேசிப்பேன்
உத்தமனே சிவராஜ குளிகை தன்னை
நோக்கமுடன் உந்தமக்கு சித்தர் தம்மால்
நொடிக்குள்ளே உபதேசம் நுவலு வேனே.

நுவலுவேன் வெள்வங்கம் பலந்தான் அப்பா
நுணுக்கமுடன் சிந்தித்து செப்பக் கேளீர்
சவலமது நேராமல் துய்ய பாலா
சாங்கமுடன் கள்ளிப்பால் சுருக்கே ஈவாய்
கவலையுடன் திருகு கள்ளி பாலால் அப்பா
காவலனே சுருக்கவும் சாமம் நாலு
அவலது போல் இடித்து மைந்தா சூதமப்பா
அதற்கு இரட்டிதான் சேர்க்க விதிதான் கேளே.

விதியான சூதமது ஒன்றுய்ச் சேர்த்து
வித்தகனே தானுருக்கி வெட்டை மீறி
மதியான ரசிதமது போல் இருக்கும்
மகத்தான குளிகைக்கு சாரணையே ஆகும்
மதிபோன்ற குளிகைக்கு சாமம் நூறு
மதிப்புடனே கொடுத்திடவே இறுகுந்தானே.

இறுகுமே யின்னம் ஒரு சாரணைகள் கேட்பீர்
எழிலான வேம்பினிட தயிலம் அப்பா
குறுகுமே நாற்சாமம் சுருக்குத் தாக்கு
கொற்றவனே கல்லாகி இரும்பு போலாம்

அருகினிட தயிலமப்பா இறக்கி மைந்தா
அப்பனே நாற்சாமம் சுருக்குத் தாக்கு
நறுமையாம் வேங்கையுட தயிலம் அப்பா
நாயகனே நற்சாமம் சுருக்கு தாக்கே.

தாக்கவே மலைத்தேனும் நாற் சாமந்தான்
தகைமையுடன் வாலுழுவைத் தயிலம வாங்கி
போக்கான சூதமதை நான்கு ஜாமம்
பொங்கமுடன் நாற்சாமம் சுருக்கு தாக்கு
ஆக்கமுடன் வில்வாதித் தயிலம் வாங்கு
அப்பனே நாற்சாமம் சுருக்கு தாக்கு
நோக்கமுன்ன இல்லைப்பால் நான்கு சாமம்
நூலகவே சுருக்கிடவே இறுகுந் தானே

சுண்ணாம்புக்கல் பற்பம்

பண்பான இன்னமொரு போக்கு கூர்வேன்
பாலகனே புலஸ்தியனே மச்சகேந்திரா
நண்பான முக்கல்லாம் பற்பக் கல்லாம்
நலமான சுண்ணாம்புக் கல்லே யாகும்
திண்பான கல்லதனை சுண்ணம் ஆக்க
தீர்க்கமுடன் ஆறுவகை செயநீர் தன்னால்
உண்மையுடன் தானரைப்பாய் எட்டு சாமம்
உத்தமனே மைபோலே ஆட்டித் திரே.

தீர்க்க வென்றால் பில்லையது கட்டி மைந்தா
திடமுடனே ரவிதனிலே காய வைத்து
பூர்க்கவே புடத்திற்கு ஆதியாக
புங்கமுடன் ஓட்டிவிட்டு சீலை செய்து

பார்க்கவே கெஜபுடமாம் பண்பாய் போடு
பார்த்திபனே புடம் ஆறி எடுத்துப் பார்க்க
நீர்க் கமலம் வீற்றிருக்கும் ஈஸ்வரியாள் பாதம்
நிஷ்களங்கம் ஆனதொரு பற்பம் ஆச்சே.

பற்பமதை தானெடுத்து பண்புள்ளானே
பரிவாக செல்லும் வகை பகரக் கேளீர்
அற்பமென்று நினையாதே பண்புள்ளானே
அம்பரத்தில் நின்றுடும் அதீதப் போக்கு
சொற்பமென்று எண்ணுமல் சொரூபாநந்தா
சுந்தரனே பற்பமதை எடுத்து பாலா
விற்பனர் கொண்டாடும் கெந்தி தானும்
விறுடனே சுன்னமது செய்திடாயே.

குறிப்பு: மூல நூலில் தலைப்பு. சிவாமத கல்நார் என்றுள்ளது. அது சரியில்லை.

கெந்தி பற்பம் (சூத பற்பம்)

மேற்சொன்ன சுன்னக்கல் பற்பத்தில் குன்றியிடை எடுத்து அறுவகை ஜெயநீரால் குழப்பி ஒருபலம் கெந்திக்கு (-5—கிராம்) கவசம் செய்து சீலை வலுவாய் செய்து ரவியில் காயவைத்து கோழி புடம் போடு கெந்தகம் சுன்னமாகும்.

சூதம் களஞ்சி கல்வத்தில் இட்டு கெந்தகச் சுண்ணம் ஒரு கடுகு அளவு எடுத்து வேகமாய் அரைக்கவும். மடிந்து போகும். சூதம் பற்பமாச்சு. சூதம் கற்பம் ஆச்சு. தினை யளவு சாப்பிட காயம் மாந்துளிர்போல் மின்னும்.

சூத பற்பத்தினுல் ரசவாதம்

வெள்ளியில் நூற்றுக்கு ஒன்று சூத பற்பத்தைக் கொடுக்க பிறவித் தங்கமாச்சு.

செம்பில் நூற்றுக்கு ஒன்று கொடுக்க செம் பொன்னும் தங்கமாகும்.

வெள்ளி பற்பம்

வெள்ளி கழஞ்சியெடை எடுத்து தூளாக ராவி கல்வத்திலிட்டு, புருவின் முட்டைத் தோல் சம எடை, பொட்டிலுப்பு எடை ஒன்று சேர்த்து வெண் கருவால் ஆட்டி வில்லைசெய்து காய்ந்தபின் சில்லிட்டு சீலை செய்யவும். உலர்த்தவும்.

பிறகு கோழி புடம் எடுத்து மறுபடியும் கல்வத்திட்டு அறுவகை ஜெயநீர் விட்டு ஆட்டி உலர்த்தி சர உலையி விட்டு ஊது. காரம் சுண்ணமாச்சு,

சூதம் பத்து எடைக்கு மேற்படி வெள்ளி பற்பம் ஒன்று கூட்டி நிம்பத்தின் சாற்றினுல் நான்கு ஜாமங்கள் அரைக்க சூதம் சாகும். மெழுகாகும். அதை மூசையிலிட்டு உருக்க ரசிதமாகும்.

இந்த ரசிதமென்ற வெள்ளியை செம்பில் நாலுக்கு ஒன்று கொடுத்து உருக்க ஜெப ஜோதியான வெள்ளியாச்சு.

மருந்தாக உபயோகிக்க

மேற்படி வெள்ளி பற்பம் குன்றியளவு வெண்ணெயில் சாப்பிட இருபத்தோரு மேகமும் போம்.

அயபற்பம்

தேன் இரும்பை ராவி எரிகாலன் பாலால் ஆட்டி மெழுகு பதம் ஆனபின்பு வெங்காரம் பொரித்த காரம் சேர்த்து மூசையிலிட்டு உருக்க களங்காகும்,

மறுபடியும் எரிகாலன் பாலால் ஆட்டி முன்சொன்ன படி பொரித்த காரம் சேர்த்து மூசையிலிட்டு ஊத மாசற்ற களங்காகும்.

அந்த களங்குக்கு சரி யெடை சூதம் சேர்த்து அறுவகை செயநீரால் எட்டு ஜாமம் ஆட்டி ரவியில் காய வைத்து சில்லிட்டு சீலை செய்து காய வைத்து நாறு எருவில் புடம் போட களங்கு மென்ற பற்பமாகும்.

இப் பற்பத்தை மண்டலம் சாப்பிட காய சித்தியாகும். தேகம் சட்டை தள்ளும். நரை திரை மாறும்.

இதில் வேதை

வெள்ளியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க வர்ணமுண்டாம். அதை நாலுக்கு ஒன்று உருக்கி வாரடித்து பூங்காவியில் புடமிடின் பசுமையான தங்கமாகும்.

ரவியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க செம்பு கட்டிப் போகும். அதை வாரடித்து பூங்காவியில் புடமிட பொன்னுமாச்சு.

துருசு சுண்ணம்

துருசு பலம் ஒன்று எடுக்கவும். ரோமம் ஐந்து பலம். வெடியுப்பு ஐந்து பலம். இந்த இரண்டையும் கூட்டி அறுவகை செய நீரால் அரைத்து மெழுகு பதம் ஆனபின் துருசுக்கு கவசம் செய்து சீலை வலுவாய் செய்து காய வைத்து மணல் மறைவில் புடமிட துருசு வெள்ளையாகும். இந்த துருசு சுண்ணத்தால் சூதம் அடங்கிவிடும்.

துருசு சுண்ணத்தை நாகத்துக்கு அங்கி பூட்டி சுண்ணாம்பு சீலை வலுவாகச் செய்து நாறு எருவில் புடமிட நாகம் வெள்ளி மணிபோல் உருகி நிற்கும்.

நாகம் இடைசூதம், கெந்தி நாலுக்கு ஒன்று, தாரம் எட்டில் ஒன்று, கவுரி நாலுக்கு ஒன்று. லிங்கம் இரண்டுக்கு ஒன்று சேர்த்து அறுவகை செயநீரால் மை போல் அரைத்து காயவைத்து, பொடி செய்து குப்பியில் அடக்கி மாக்கல்லால் மூடிபோட்டு வலுவான சீலை செய்யவும். உலர்த்தவும்.

பிறகு மண்பாண்டத்தில் நாலு விரற்கடை உயரம் மணல் கொட்டி அதன்மேல், நடுவில் குப்பியை வைத்து கழுத்துவரை மணல் கொட்டி, மேலே சட்டியை மூடி வலுவாய் சீலை செய்து உலர்த்தி அடுப்பேற்றி கமலாக்கினியாக (2 விறகுகளில்) எட்டு ஜாமம் எரிக்கவும். நன்கு ஆறியபின் எடுக்க அருணன் போல் செந்தூரம் காணலாம்.

மருந்தாக உபயோகிக்க

இந்த செந்தூரத்தில் திணையளவு தேனில் கொண்டால் தேகத்தில் உள்ள சர்வ நோய்களும் தீரும்.

காசரோகம்	சீழ்மூலம்	கடிவிஷங்கள்
பாண்டு	ரத்தமூலம்	சில்விஷங்கள்
நீராம்பல்	புற்று	சிலேத்துமம் தொண்ணூற்று ஆறு
கசிவு	கண்டமாலை	சயரோகம்
நீரிழிவு	குன்மம்	கால் குடைச்சல்
மதுமேகம்	வாதம்என்பது	குடல் வாதம்
பவுத்திரம்	ஈளை பதினெட்டு	
மூலம்	குஷ்டம் பதினெட்டு	

முதலான கொடிய நோய்கள் தீரும்.

வெள்ளி வித்தை

வெள்வங்கம்	துலாம் ஒன்று
சூதம்	துலாம் ஒன்று
வெள்ளை பாஷாணம் ...	துலாம் ஒன்று

மேற்படி மூன்று சரக்குகளையும் கூட்டி, திம்பச் சாற்றுல் நான்கு சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி ரவியில் காயவைக்கவும். மதியுப்பு (வெடியுப்பு)—ஒரு பலம். பூநீறு—ஒரு பலம். இவ்விரண்டையும் சம்பழத்தின்

சாற்றினால் அரைத்து மேற்படி வில்லைகளுக்கு கவசம் கட்டி ரவியில் காய வைத்து, சுண்ணாம்பு சீலை செய்து உலர்த்தவும்.

பிறகு மண்பாண்டத்தில் நாலு விரற்கடை உயரம் மணல் கொட்டி வில்லைகளைப் பரப்பி மேலும் மணல் கொட்டி மேற்பாண்டம் மூடி வலுவாகச் சீலை செய்து உலர்த்தி நான்கு சாமம் எரிக்கவும்.

நன்றாக ஆறிய பின் எடுத்துப் பார்க்க பற்பம். அந்த பற்பத்தை மூசையிலிட்டு உருக்க களங்காகும்.

ரவியை உருக்கி எட்டுக்கு ஒன்று இந்த களங்கை கொடுக்க வெளுத்துக் காட்டும். அதை கொல்லன் உலையில் உருக்கி மதியை ரெண்டு சேர்க்க சோதி வெள்ளியாகும்.

லிங்கக் கட்டு

லிங்கத்தை (ஒருபலம்) முலைப்பாலில் இரண்டு நாட்கள் ஊறப் போடு. கெந்தகம், படிகாரம், அரிதாரம் வகைக்கு அரை பலம் எடுத்து பொடி செய்யவும். (ஒரு பலம் = முப்பத்தைந்து கிராம்).

பொடியை பாதி அளவு சிற்றண்டத்திலிட்டு அதன் மேல் லிங்கத்தை வைத்து மேலும் மேற்படி பொடியைப் போடவும். அதன் மேல் அண்ட ஓடு மூடி சீலை வலுவாய்ச் செய்து உலர்த்தவும்.

மண்பாண்டத்தில் நான்கு விரல் உயரத்திற்கு மணல் கொட்டி அதன் மேல் அண்டத்தை வைத்து மேலும் மணல் கொட்டி சட்டி மூடிசீலை செய்து உலர்த்தி அடுப்பேற்றி ஆறு சாமம் எரிக்கவும்.

ஆறிய பிறகு எடுத்துப் பார்க்க நான்கு சரக்குகளும் கட்டி இருக்கும். (பாடலில் ஐந்து சரக்குகள் என்றிருக்கிறது. தவறு என நினைக்கிறேன். சரக்குகள் நான்கு தான்).

இதனால் சன்னிமுதல் சகல தோஷமும் போகும். (சந்தனக்கல்லில் தேன் விட்டு உரைத்து திரிகடுகு கூட்டி கொடுக்கவும்).

வேதை முகம்

வெள்ளியை உருக்கி மேற்படி லிங்கத்தை பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க ஆறு மாற்று ஆகும். வாரடித்து புடம் போட புடத்துக்கு போகாத தங்கமாகும்.

லிங்க குரு

லிங்கம் பலம் ஒன்று (35-கிராம்). முள்ளங்கிச் சாறு, பிரண்டைச் சாறு இவ்விரண்டையும் ஒன்று சேர்க்கவும். ஒரு பலம் (35-கிராம்) கட்டிய உப்பை மேற்படி சாற்றால் அரைத்து லிங்கத்துக்கு கவசம் செய்து உலர்த்தவும், பிறகு கோழிபுடம் இடவும். குருவாகும்.

மேதியின் சாணத்தால் குகைசெய்து அதில் ஒரு பலம் சூதம் விட்டு கரி நெருப்பில் வைக்கவும். சூதம் வேகும் போது மேற்படி கட்டிய லிங்கத்தில் பத்துக்கு ஒன்று (சூதம்-10 லிங்கம் ஒன்று) கொடுக்க, சூதம் அடங்கி நின்று விட்டதுபோல் ஆகும். எடுத்து உருக்க சொர்ணமாகும்.

குறிப்பு :- கல்லுப்பை இரு நூறு கிராம் எடுத்து கொடி வேலி இலைச் சாறு, குப்பை மேனி இலைச்சாறு இரண்டையும் சேர்த்து. இதனால் கல்லுப்பை வெண்ணை போல் அரைத்து வில்லை தட்டி உலரவைத்து அகலிலிட்டு சீலை செய்து நூறு வறட்டியில் புடமிட உப்பு கட்டும்.

லிங்கப் போக்கு வேறு

லிங்கம் கழஞ்சி பத்துக்கு சம்பழச் சாறும் தேனும் கூட்டி நான்கு சாமம் சுருக்கு தாக்கவும். எடுத்து பத்து கழஞ்சி காசகத்தின் அரக்குக் கூண்டை அரைத்து

லிங்கத்துக்கு கவசம் செய்யே. செய்து புற்று மண் சீலை (ஏழுசீலை) வலுவாய் செய்து மணல் மறைவில் புடத்தைப் போடட ஆறியபின் எடுத்துப் பார்க்க உருக்கதுபோல் கட்டி இருக்கும்

வேதை முகம்

கட்டிய லிங்கத்தை செம்பு (பத்து) உருக்கி லிங்கம் ஒன்று கொடுக்க செம்பு கட்டி விடும். கரி நெருப்பில் ஊதிப்போட ஊறல் அறும். ஊறலற்ற செம்பை மதியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க மாற்று ஏழுமாகும் வாரடித்து புடமிட தங்கம் பிறக்கும்.

லிங்க குரு – வேறு

லிங்கம் ஒரு பலம் (35. கிராம்) மேலே சொன்ன லிங்கம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். செம்பை பொடியாக ராவிக் கொள்ளவும். (இதன் அளவு குறிப்பிடவில்லை) ஒரு பலம் ராவிய பொடியை குகைக்குள் பாதிவிட்டு அதன் மேல் லிங்கத்தை வைத்து அதன் மேலும் செம்புப் பொடியை போட்டு வலுவாய் சீலை செய்து ரவியில் காயவைக்கவும்.

பிறகு எடுத்து நூறு எருவில் (எருவின் அளவு சொல்ல வில்லை) புடம் போடவும். ஆறிய பிறகு எடுத்துப் பார்க்க லிங்கம் கம்பிபோல் உருகி நிற்கும். வெண்மை நிறமாகத் தோன்றும்.

செம்பை உருக்கி பத்துக்கு ஒன்று லிங்கத்தைக் கொடுத்து ஓட்டிவிட்டு ஊதிப் போடவும். எடுத்து மேற்படி செம்பு ஒன்று, தங்கம் ஒன்று, வெள்ளி ஒன்று சேர்த்து குகையில் உருக்கினால் பொன்னாகும். அதை வெடுத்து புடம்போட மாற்று எட்டாகும்.

மேற்படி லிங்கத்துக்கு கரிசாலை அரைத்து அங்கி பூட்டி உமி மறைவில் மூன்று புடமிடவும். எடுத்து ரவியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க மாற்று எட்டாகும்.

லிங்ககுரு (வேறு)

லிங்கம் பத்து கழஞ்சி எடுத்து கேசரி தைலத்தால் சுருக்கு தாக்க லிங்கம் மெழுகுபோல் உறைந்து நிற்கும். அதற்கு தங்கரேக்கு ஒரு கழஞ்சி சுற்றி மறுபடியும் மேற்படி தைலத்தால் சுருக்குக் கொடுக்க லிங்கம் தங்கத்தை இழுத்துக் கொள்ளும்.

எடுத்து வெள்ளியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க மாற்று எட்டாகும். அதை வாரடித்து புடம்போட சுயத் தங்கமாகும். (கேசரி=கழுதை. தலைமுடி).

வெடியுப்புக் கட்டு

வெடியுப்பு பலம் ஒன்று எடுத்து அதற்கு கள்ளிப்பால் 3-சாமம் சுருக்குத் தாக்கு. எடுத்து ரவியில் வைத்து மூன்று நாட்கள் பாவகம் செய்து கொள்ளவும்.

பிறகு பழம்புளியால் கவசம் செய்து ரவியில் உலர்த்தி கண்ணாம்பு சீலை செய்து காடைபுடம் போடவும். இறுகிக் கட்டும்.

வெடியுப்புக் கட்டு

கற்ப மூலி என்ற புகையிலையின் நரம்புகளை நீக்கி அரைபலம் எடுத்து ஒருபலம் வெடியுப்புக்கு அங்கி பூட்டி வலுவாய்ச் சீலை செய்து கன எருவு மூன்றில் புடமிட கட்டும். எடுத்து இலந்தையிலை கவசம் செய்து கோழி புடமிட இறுகிக் கட்டும். வெடியுப்பு கட்டினால் அருக பற்பமாகும்.

வெடியுப்பு சுண்ணம்

வேண்டிய அளவு வெடியுப்பை எடுத்து எருக்கம் பாலால் எட்டு சாமம் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்த வும். பிறகு சீலை வலுவாகச் செய்து கோழி புடமிட பற்பமாகும்.

அந்த பற்பத்தை மேற்படி பாலால் அரைத்து வில்லை செய்து எருக்கன் பழுப்பை அரைத்து கவசமிட்டு உலர்த்தி புடமிட சுண்ணமாகும்.

இச்சுண்ணத்தை நாருசுக்கு கவசம் செய்து கோழி புடமிட துருசு சுண்ணமாகும். இந்த சுண்ணத்தால் சூதம் மடியும்.

(மடிந்த சூதத்தை ரவியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க எட்டாகும். இது பல நூல் திரட்டு).

செம்பு சுத்தி

வெடியுப்பு...... பலம் பத்து
புளி............... பலம் பத்து

இவ்விரண்டையும் அறுவகை செயநீரால் ஆட்டி பிலவில்லை செய்து உலர்த்தி ஒட்டிவிட்டு சீலை செய்து கோழி புடம் போடவும். ஆறிய பின் எடுத்துப் பார்க்க கடுங்கார சுன்னமாகும்.

செம்பை உருக்கி இதை பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க செம்பு செம்பொன்னாகும்

வெடியுப்பு சுன்னம் (வேறு)

வெடியுப்பை பேய்ச்சுரலி சாற்றினால் அரைத்து பில்லை தட்டி உலர்த்தி கோழிபுடம் போட சுன்னமாகும்.

இந்த சுன்னத்தை துருசுக்கு கவசம் செய்து கோழி புடமிட துருசு சுன்னமாகும்.

ரவியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க எட்டு மாற்று ஆகும்.

ரோம ரிஷி உபதேசித்த லிங்க குரு

லிங்கம் பலம் ஐந்துக்கு சிலந்த கற்றாழைப் பாலால் ஒரு பட்சம் சுருக்கு தாக்கு. எடுத்து எடை போட ஒரு ஒரு பலம் அதிகமாய் இருக்கும்.

....
....
....

மேற்படி கட்டிய லிங்கத்திற்கு சமன் சூதம் தளும்ப விட்டு உருக்கினால் சூதம் பிட்டுப் போல் ஆகும். பக்குவம் கண்டு இறக்கவும்.

குகையில் உருகும்போது வெள்ளியது மணிபோல் ஆகும். அதை செந்தூரம் செய்து ரவியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க மாற்று பத்தாகும். அதை புடம் போட சொக்கத் தங்கமாகும்.

மேற்படி செந்தூரத்தை சாப்பிட காய சித்தியாகும்.

துருசு குரு
(காலாங்கிக்கு உபதேசித்தது)

துருசு களஞ்சி...பத்து. ஐந்தூசி பிடிக்கும் காந்தத்தை நெற்'கனமாய் ராவி அறுவகை செயநீரால் அரைத்து துருசுவுக்கு கவசம் செய்து இடைகண்டு, பீங்கானில் பூநீரிட்டு நடுமையத்தில் துருசை வைக்கவும். அதன் மேலும் பூநீர் போடவும். ஏழு நாட்கள் ரவியில் வைக்கவும்.

பிறகு பொரித்த அண்ட ஓடு செயநீரால் அரைத்து சீலை செய்து ரவியில் வைக்கவும். உலர்ந்த பிறகு கோழி புடம் போடவும். ஆறிய பின் பார்க்க பற்பம் காரமாக இருக்கும்.

வெள்ளியில் பத்துக்கு ஒன்று தாக்க ஏழு மாற்று பொன்னாகும்.

துருசு குரு
(ரோமரிஷிக்கு உபதேசித்தது)

கண்டர் (துருசு) களஞ்சி பத்து. அறுவகை செயநீரால் அரைத்து மூன்று நாள் ரவியில் உலர வைத்து

செங்கொடியின் வேரை அரைத்து துருசுக்குக் கவசம் செய்து, சீலை வலுவாய்ச் செய்து கோழிபுடம் போடவும். பற்பம்.

மேற்படி பற்பத்தை வெள்ளியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க பொன்னாகும். எடுத்து வாரடித்து புடம்போட தங்கமாகும்.

துருசு குரு

(மச்ச முனிக்கு உபதேசித்தது)

துருசு களஞ்சி பத்து வங்கம் என்ற மூலியான சங்கன் மூலியை பெரிய அண்டம் அளவு அரைத்து துருசுக் கவசம் கட்டி மண் சீலை மலுவாய்ச் செய்து ரவியில் உலர்த்தி ஐந்து எருவில் புடம் போடவும். துருசு சுண்ணமாகும்.

இந்த சுண்ணம் எடைக்கு வீரம், பூரம் எடுத்து அறுவகை செயநீரால் அரைத்து பில்லைகள் செய்து ரவியில் உலர்த்தி மூன்று சீலைகள் செய்து மூன்று எருவில் புடம் போடவும். கண்டராது காரம் ஏறி சுண்ணமாகும்.

இது சரக்கு அனைத்தையும் நீற்றும். (சரக்கின் அளவு துருசு சேர்த்து அறுவகை செயநீரால் அரைத்து உலர்த்தி காடைபுடம் இட நீறும்)

மேற்படி சுண்ணத்தை மதியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க மாற்று எட்டாகும்.

துருசு செந்தூரம்

முன் சொன்ன பற்பத்தை முள்ளிச் சாற்றினுல் அரைத்து பில்லை செய்து ரவியில் காயவைத்து ஒட்டிவிட்டு சீலை செய்து உலர்த்தி கோழிபுடம் இட செந்தூரம் ஆகும்.

இதை ரவியில் (செம்பில்) ஐம்பதுக்கு ஒன்று தாக்கவும்.

துருசு செம்பு

(புகண்டருக்கு ஓதியது)

பூநீர், துருசு, வெடியுப்பு இம் மூன்றையும் சம எடை எடுத்து நாயுருவி சாற்றுல் நான்கு சாமம் அரைத்து, பில்லை செய்து ரவியில் காயவைத்து, மேற்படி மூலியால் கவசம் செய்து ஓட்டிவிட்டு சீலை வலுவாய்ச் செய்து உலர்த்தி கோழிபுடம் போடவும்.

எடுத்துப் பார்க்க செம்பு நிற்கும். அதை எடுத்து தங்கம் ஒன்று மேற்படி செம்பு பத்து வெள்ளி ஒன்று கூட்டி உருக்க மாற்று எட்டாகும். வாரடித்துப் புடம் போட பிறவித் தங்கமாகும்.

துருசு குரு

(கருவூராருக்கு உபதேசித்தது)

துருசு பலம்—ஒன்று. முள்ளிச் செடியை (சமூலம்) கருக்கி சாம்பலாக்கி மேற்படி மூலியுடன் சாம்பலையும் சேர்த்து அரைத்து துருசுக்கு கவசம் செய்து, சீலை வலுவாய்ச் செய்து உலர்த்தி (2—முதல் 3 வறட்டிகளில்) லகுபுடம் போடவும்.

எடுத்து அதற்கு சமனிடை வீரம், பூநீர் சேர்த்து மேற்படி மூலிகையின் சாற்றுல் அரைத்து துருசுக்கு கவசம் செய்து சீலை வலுவாய்ச் செய்யவும். அதை ரவியில் உலர்த்தி நான்கு எருவில் புடமிடவும்.

ஆறிய பின் எடுத்துப் பார்க்க சுண்ணமாய் இருக்கும். மஞ்சளுக்கு சிவக்கும். காரச் சுண்ணமாகும். மதியில் பத்துக்கு ஒன்று கொடுக்க மாற்றதுவும் எட்டதாகும்

துருசு குரு (ரசமணி)
(இராம தேவருக்கு உபதேசித்தது)

துருசு களஞ்சி பத்து வெள்ளைச் சாரணை மூலிகையின் சாற்றில் துருசை முங்கும்படி செய்து ஏழு நாட்கள் வைக்கவும். சாறு சுண்டியபின் எடுக்க ஊறலற்று இருக்கும்.

அதையெடுத்து காரியம் பத்து உருக்கி அதில் துருசை குறட்டால் பிடித்துக் கொண்டு தோய்க்க துருசு சுண்ணமாகும்.

சூதம் பத்துக்கு சுண்ணம் ஒன்று சேர்க்க சூதம் மணி போல் ஆகும். எடுத்து மத்தங்காயில் வைத்து காட்டெருவில் புடமிடவும். இப்படி நூறு வரை புடந்திட்ட வேகமான குளிகையாகும். கெவுன குளிகையின் வேகம் இதற்கு உண்டு.

துருசு செம்பு

கண்டர் களஞ்சி பத்து ரோமமென்ற சத்தி மேதி வெண்ணையில் பொதிந்து குகையில் வைத்து வலுவாய் தீயை செய்து உருக்கவும். எடுத்துப் பார்க்க செம்பாகும். அதை அடித்து உருக்கு.

சிறுகன்ன நாகம் பத்து களஞ்சி எடுந்து உருக்கி மேற்படி செம்பு ஒன்று கொடுக்கவும். அதை எடுத்து வாரடித்து புடம்போட தங்கமாச்சு.

சாரக் கட்டு

கல்லுப்பு சேர்... ஒன்று
வெடியுப்பு சேர்... ஒன்று

இவ்விரண்டையும் சுண்ணாம்பு தெளிவு நீரில் கரைந்து காய்ச்சி உப்பாக்கிக் கொள்ளவும். மேற்படி உப்புவை ஒரு

சட்டியில் பாதியிட்டு அதன் மத்தியில் சாரத்தை (35–கிராம்) வைத்து மேலும் உப்பைக் கொட்டவும். (அதோடு பாடல் நின்று விட்டது மேலும் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பது எழுதவில்லை. மேற்படி சட்டியை மேல் மூடி சீலை வலுவாகச் செய்து உலர்த்தி, நூறு எருவில் புடமிடவும். சாரம் கட்டும்).

சாரம் துருசைக் கொல்லும், துருசு சூதத்தைக் கொல்லும் (இதோடு பாடல் வேறு பொருளைப் பற்றியுள்ளது).

ரசக்கின்னம்

கட்டிய லிங்கத்தை அதன் சமஎடை வெள் வங்கத்தை உருக்கி கிராசம் ஈய, வங்கம் வெட்டையாகும். சூதத்தை சூடு செய்து மேற்படி, வெட்டையை தாக்கினால் சூதம் வெண்ணையாகும்.

அதை சிற்றாமணக்கு எண்ணையில் சூடு செய்து துணியில் பிழியவும். இப்படி பத்து முறைகள் செய்ய சூதம் கெட்டியான வெண்ணையாகும்.

எடுத்து குகையில் வைத்து உருக்க வெள்ளியாகும். அதை கின்னம் செய்து கொண்டு அதில் பசுவின் பால் விட்டு சாப்பிட காயாதி கற்பமாகும்.

முற்றும்

அனுபவ
சித்த வைத்திய முறைகள்

20/-

ஆசிரியர் : V. பலராமய்யா, B.A., B.L.,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம் சென்னை-600106

அனுபவ சித்தவைத்திய முறைகள்

ஆசிரியர் :
பலராமய்யா, B.A.,B.L.,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர் :
அருள் ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை - 600 106

பொருளடக்கம்

1. அகத்தியர் கடுகு ரோகணி மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- சுகப் பிரசவம் உண்டாகும். கர்ப்ப ஸ்திரீகளுக்கு ஏற்படும் பலவகையான நோய்களும் தீரும். மற்றும் சுரம்—தலைவலி—அசாத்திய ஜன்னி—நாவரட்சி—கைகால்கள் பிடிப்பு—உடலில் ஏற்படும் குத்தல்—குடைச்சல்—வீக்கம் போன்ற பலவகையான நோய்களும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கடுகு ரோகணி	... 20	கிராம்
2.	தான்றிக்காய் (கொட்டை நீக்கியது)	... 20	,,
3.	கடுக்காய் (,, ,,)	... 20	,,
4.	வெங்காரம் (பொரித்தது)	... 20	,,
5.	திப்பிலி (லேசாக வறுத்தது)	... 20	,,
6.	சுக்கு (மேல் தோல் சீவியது)	... 20	,,
7.	வாளம் (சுத்தி செய்தது)	...120	,,
8.	எலுமிச்சம் பழச்சாறு. தேவையான அளவு.		

செய்முறை:- வாளத்தை முறையாக சுத்தி செய்து கொள்ளவும். 1-லிருந்து 6-வரையுள்ள சரக்குகளை தனித்தனியாகத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். எலுமிச்சம் பழச்சாற்றை துணியில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். மேற் சொன்ன சூரணத்தை கல்வத்திலிட்டு சிறுகச் சிறுக பழச்சாறுவிட்டு 3-மணி நேரம் அரைக்கவும். பிறகு வாளத்தை தனியாக நைய அரைத்து

இத்துடன் கலந்து பழச்சாறு விட்டு மறுபடியும் அரைக்கவும். மெழுகு பதத்தில் எடுத்து குன்றி அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி, நிழலில் நன்றாக உலர்த்தியெடுத்து, கண்ணாடி புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அனுபானம்:- சாதம் வடித்த கஞ்சிநீர்—எலுமிச்சம் பழச்சாறு-அல்லது வெந்நீர் இவைகளில் ஏதாவது ஒன்றில் கொடுக்கலாம். பேதியாகும். சில சமயம் வாந்தி ஆனாலும் பரவாயில்லை. வெள்ளைப்பூண்டு, கடுகு, சுக்கு, ஓமம் இவைகளை நறுக்கிச் சேர்த்து, நீர் விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டிய கஷாயத்துடனும் இம்மாத்திரையைக் கொடுக்கலாம்.

உபயோகம்:- கர்ப்பிணிக்கு பிரசவ வேதனை வந்தபின், ஒரு மாத்திரையை வெந்நீருடன் கொடுக்க சுகப்பிரசவம் உண்டாகும். கர்ப்பத்தில் குழந்தை வெளிவராமல் சிக்கிக்கொண்டு சங்கடப்படும் போதும், ஒரு மாத்திரையை வெந்நீருடன் கொடுத்தால் சுகப்பிரசவம் ஏற்படும். குழந்தை பிறந்த பின் தாய்மார்களுக்கு ஏற்படும் அசாத்திய ஜன்னி—தலைவலி-ஜுரம்-பிடரிவலி-கைகால்கள் குடைச்சல், வலி-உடல் பூராவும் ஏற்படும் வலி-உள்ளங்கால், புறங்கால்கள் வீக்கம் முதலிய நோய்களுக்கும், கர்ப்பிணிகளுக்கு வாயுபிரியாமல் நெஞ்சில் குத்தல் இருந்தாலும் இம்மாத்திரையைக் கொடுக்க குணந்தரும். நீரடைப்பு—தீய்ந்தமலம்-வாயு-விம்மல்-கொட்டாவி - மாந்தம் - மயக்கம் -பித்தரோகங்கள் - சொறி - சிரங்கு - குத்தல் - குடைச்சல் இவைகளும் குணமாகும். பிரசவத்தின் போது நஞ்சு விழாமல் இருந்தாலும் கொடுக்கலாம்.

குறிப்பு:- கர்ப்பிணிகள்-மலடிகள்-விருத்தர்கள் முதலானவர்களுக்கும் கொடுத்து, சோதித்து அனுபவங் கண்டது. பல நோய்களுக்கும் கைகண்டது என்கிறார் அகத்திய முனிவர். குறிப்பு:- மருந்து செய்யும் சரக்குகளை சொல்லியுள்ள அளவில் பாதிப்பாதி அளவாக எடுத்து செய்தால் கல்வத்திலிட்டு அரைப்பதற்கு வசதியாக இருக்கும்.

தலை சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கு

2. வில்வ இலைத் தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- தலைநோய்-கழுத்து இசிவு-பிடரிவலி இவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. வில்வ இலையை அரைத்த விழுது...ஆரஞ்சிப்பழ அளவு.
2. எள்ளெண்ணை (நல்லெண்ணை)...அரை லிட்டர்.

செய்முறை:-வில்வ இலைகளை சுத்தமானதாகத் தேர்ந்தெடுத்து தண்ணீரில் சுத்தி செய்து, நைய நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் நல்லெண்ணையை விட்டு அதில் வில்வ இலை விழுதைப்போட்டு, எண்ணையுடன் நன்றாக உறவாகும்படி கலந்து கொள்ளவும் பாத்திரத்தை அடுப்பேற்றி மிதமான தீயாக எரித்து நீர் சுண்டிய பிறகு பக்குவமான பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிக் கொண்டு புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- விடியற்காலையில் சுமார் 5-6 மணிக்கு இந்த எண்ணையில் தேவையான அளவு எடுத்து, தலைக்குத் தேய்த்துக் கொண்டு, ½ அல்லது 1-மணி நேரம் ஊறிய பிறகு, வெந்நீரில் குளிக்கவும். தலையைத் துவட்டியவுடன் ரசத்துடன் சாதம் சாப்பிடவும். இவ்வாறு வாரத்தில் 1-2-ஸ்நானம் செய்து கொண்டுவர மேற்குறிப்பிட்ட நோய்கள் தீரும். குணம் காணும்வரை 5-6-ஸ்நானங்களாவது செய்யவும். குறிப்பு:—ஸ்நானம் செய்த அன்று பகல் நித்திரை கூடாது.

3. சீரகத் தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- கபால பித்தம் (உஷ்ணம்) நீங்கும். பித்த மயக்கம், தலைச்சுற்றல் தீரும். கண் பார்வை துலங்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	காட்டுச் சீரகம்	100 கிராம்
2.	பசுவின் பால்	500 மி. லிட்டர்
3.	நல்லெண்ணெய்	500 ,, ,,

செய்முறை:- சீரகத்தை பசுவின் பால் விட்டு அரைத்து விழுதாக்கிக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் நல்லெண்ணெயையும், பாலையும் விட்டு, அதில் சீரக விழுதைப் போட்டுக் கரைத்து நன்றாக உறவாகும்படி கலந்து கொள்ளவும். பாத்திரத்தை அடுப்பேற்றி மிதமான தீயாக எரித்துக் கரண்டியினால் கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும். நீர் சுண்டி கடுகு திரளும் பக்குவ பாகத்தில் இறக்கிக் கொள்ளவும். வேறுபாத்திரத்தில் வடிகட்டும்போது, ஒரு கிராம் பச்சைக் கற்பூரம் பொடித்துப் போட்டு வடிகட்டிக் கொள்ளவும், புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:-தேவையான அளவு எண்ணையை எடுத்து தலைக்குத் தேய்த்துக் கொண்டு, வெந்நீரில் குளிக்கவும். இவ்வாறு வாரத்தில் இரண்டு தரம் ஸ்நானம் செய்து கொண்டுவர, மேற் குறித்துள்ள நோய்கள் குணமாகும். கண்களில் உள்ள துர்நீர் நீங்கி கண்கள் துல்லியமாக தெரியும்.

4. கதலிப் பழத் தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- தலையில் ஏற்படும் பொடுகு நீங்கி, தலை முடி கொட்டுவதை நிறுத்தும். செம்பட்டை முடியின் நிறத்தையும் மாற்றும். சீவினாலும் படியாத தலை முடி வணங்கி படியும். தலை முடியும் கரு கரு என்று வளர ஆரம்பித்துவிடும், சில மாதங்கள் தொடர்ந்து தடவி வரவும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கனிந்த பூவன் வாழைப்பழம்	60 பழங்கள்
2.	தண்ணீர்	6 லிட்டர்
3.	தேங்காய் எண்ணை	2 ,,

செய்பாகம்:- வாழைப்பழங்களை தோல் உரித்து, ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு கையினால் நன்றாகப் பிசைந்து, அதில் 6-லிட்டர் தண்ணீரையும் விட்டு, நன்றாக உறவாகும்படி கலக்கி, பாத்திரத்திற்கு மேல் மூடியிட்டு 10 அல்லது 15 நாட்கள் வரை வைத்து புளிக்க வைக்கவும். பிறகு அதை யெடுத்து ஒரு (சல்லாத்) துணியினால் பிழிந்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இதில் மேற் சொன்ன 2-லிட்டர் தேங்காய் எண்ணையை ஊற்றிக் கலக்கிக் கொள்ளவும். பாத்திரத்தை அடுப்பில் வைத்து மிதமான தீயாக எரித்து, கிளறிக் கொண்டிருக்கவும். சுண்டி பாதி அளவு நீர் குறைந்ததும், கீழ்க் கண்ட சரக்குகளை சேர்க்கவும்.

(இதை முன்னதாகவே தயார் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்)

1.	வெட்டி வேர்	30 கிராம்
2.	விலாமிச்சம் வேர்	20 ,,
3.	சந்தனத் தூள்	30 ,,
4.	மருவு	30 ,,
5.	மருக்கொழுந்து	30 ,,
6.	புலாங்கிழங்கு	30 ,,
7.	சடாமாஞ்சில்	30 ,,
8.	அதிமதுரம்	30 ,,
9.	கஸ்தூரி மஞ்சள்	30 ,,
10.	கார்போக அரிசி	60 ,,
11.	தாளீச பத்திரி	60 ,,

செய்முறை:- இவைகளை ஒன்றிரண்டாக இடித்து, ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு, இச்சரக்குகள் முழுகும் அளவிற்கு இரண்டத்தனை தண்ணீர் விட்டு, 4-5 நாட்கள் ஊற வைக்

கவும். பிறகு பாத்திரத்தை அடுப்பில் வைத்து காய்ச்சவும். பாதியளவு சுண்டியபின், இதை வடிக்கட்டிக் கொள்ளவும். இதை அடுப்பில் எரித்துக் கொண்டிருக்கும் மேற்படி வாழைப்பழ எண்ணெயில் ஊற்றிக் காய்ச்சவும். பதம் பார்த்து பக்குவபதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிக் கொண்டு பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- இந்த எண்ணெயை தினந்தோறும் தலைக்குத் தடவிக் கொண்டு வர மேற்சொன்ன குணங்களைத் தரும். சில மாதங்கள் தொடர்ந்து தடவிக் கொண்டு வரவும்.

5. கழற்சி மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- ஒற்றைத் தலைவலி – வெள்ளை–வெட்டை-சூதக வயிற்றுவலி - பெரும்பாடு-விதை வீக்கம் இவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கச்சக்காய் பருப்பு	20 கிராம்
2.	சுக்குத் தூள்	20 ,,
3.	பெரிய லவங்கப்பட்டை	20 ,,
4.	சூசாம்பரம் (கரியபோளம்)	40 ,,

செய்முறை:- இவைகளைத் தனித் தனியாகத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இதைக் கலுவத்தி விட்டு சிறுகச் சிறுக தண்ணீர் விட்டு அரைக்கவும். மெழுகு பதத்தில் எடுத்து, சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி, நிழலில் நன்றாக உலர்த்தி எடுத்து பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- ஒற்றைத் தலைவலிக்கு, 1-2 மாத்திரைகளைப் பொடித்து தண்ணீர் விட்டுக் குழைத்து, வலியுள்ள

இடத்தில் தடவிப் பத்துப் போட்டு, கரி நெருப்பு அனல் காட்டவும். தலைவலிக்கும் நெற்றியில் பத்துப்போட்டு அனல் காட்டவும். ஐந்தே நிமிஷங்களில் வலி குறையும். மற்ற நோய்களுக்கு, 1-மாத்திரையைப் பொடித்து வாயில் போட்டுக் கொண்டு தண்ணீர் அருந்தவும். காலை—மாலை குணமாகும்வரை கொடுக்கலாம். இது மலச் சிக்கலை உண்டாக்கும். நோய் தீர்ந்த பிறகு வெளிக்கும் போகும்படி வேறு மருந்து கொடுக்கவும். விதை வீக்கத்திற்கு, இம் மாத்திரையைப் பொடித்து நீரில் குழைத்து விதையின் மீது பத்துப்போட்டு அனல் காட்ட வீக்கம் வடியும்.

வாத சம்பந்தமான நோய்களுக்கு

6. பக்கவாதங்களுக்கு எண்ணை

தீரும் நோய்கள்:- பக்கவாதம்-மூட்டுவாதம் முதலான எல்லா வகையான வாத நோய்களும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கடுகுத்தூள்	500 கிராம்
2.	வெள்ளைப் பூண்டு	100 ,,
3.	இஞ்சிச் சாறு	500 ,,
4.	வேப்பெண்ணை	1 கிலோ

செய்முறை:- கடுகைத் தூள் செய்து கொள்ளவும். வெள்ளைப் பூண்டையும் அரைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். தேவையான அளவு இஞ்சியை வாங்கி தோலைச் சீவி விட்டு, தண்ணீர் விடாமல் இடித்துப் பிழிந்த சாறு வடிகட்டியது 500 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் வேப்பெண்ணையை விட்டு, அதில் இஞ்சிச் சாற்றையும், கடுகு, வெள்ளைப்பூண்டு இவைகளையும் போட்டு, கையினால் பிசறி நன்றாக உறவாகும்படி கலக்கிக் கொள்ளவும். பாத்திரத்தை அடுப்பேற்றி மிதமான

தீயினால் எரித்துக் கொண்டு, கரண்டியினால் கிளறிக் கொண்டே வரவும், நீர் சுண்டி கடுகு திரளும் பக்குவத்தில் இறக்கி வடிகட்டிக்கொண்டு, வாயகன்ற புட்டியில் அல்லது ஜாடியில் விட்டு, மூடியிட்டு பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை 1-தேக்கரண்டியளவு சாப்பிடக் கொடுக்கவும். சிலருக்கு காலை 1-வேளை மருந்தே போதுமானது. 5-நாட்கள் சாப்பிட்டு 5-நாட்கள் இடைவெளி விட்டு மறுபடியும் 5-நாட்கள் சாப்பிடவும். மேற் சொன்ன நோய்கள் தீரும். வாத வலியுள்ள இடங்களில் மேல்பூச்சாகவும் இதனை உபயோகிக்கலாம்.

பத்தியம்:- இம்மருந்து உஷ்ணம் செய்யும். ஆகையால் உணவில் பால்-நெய்-தயிர்-மோர் போன்ற உணவு வகைகளை சேர்த்துக் கொள்ளுதல் நலம். வாழைப்பழம், கிழங்கு வகைகள், புலால் வகைகள், புகையிலை இவைகளை விலக்கவும்.

7. முகவாத ஜன்னிக்கும், பக்கவாதத்திற்கும்

தீரும் நோய்கள்:- முகவாதம், பக்கவாதம் முதலான எல்லா வகையான வாதநோய்களும் குணமாவதோடு, இரத்த விருத்தியாகி, நரம்புகளும் ஊட்டம் பெற்று, பலமும் உண்டாகும். நோய்கள் அறவே தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கொடிக்கள்ளிச் சாறு	2 தேக்கரண்டியளவு
2.	அயச்செந்தூரம்	20 கிராம்
3.	பூநாகச் செந்தூரம்	20 ,,
4.	லிங்க செந்தூரம்	10 ,,

செய்முறை:- முதலில் கொடிக்கள்ளியை இடித்துச் சாறு பிழிந்து கொள்ளவும். பிறகு, 2-3-4 ஆகிய செந்தூரங்களை ஒன்றாகக் கலந்து அரைத்து புட்டியில் பதனப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- முதல் நாள் 2-தேக்கரண்டியளவு கொடிக்கள்ளிச் சாற்றை காலையில் உள்ளுக்குச் சாப்பிடக் கொடுக்கவும். பேதியாகும். இடையில் 1-நாள் விட்டு மறுநாள் 1-தேக்கரண்டியளவு மேற்படிச் சாற்றை உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். பிறகு இடையில் 1-நாள் விட்டு மறுநாள் 1-தேக்கரண்டியளவு மேற்படிச் சாற்றை உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். 3-நாட்கள் போதுமானது. இதைச் சாப்பிட்ட பிறகு, மேற்சொன்ன நோய்கள் பாதி அளவு குறைந்து விடும். அதன் பிறகு, கலந்து வைத்துள்ள செந்தூரத்தில் ஒரு குன்றி அளவு காலை-மாலை தேனில் கொடுத்துக்கொண்டு வரவும். 20 நாட்கள் வரை சாப்பிட வேண்டும். மேலும் அவசியம் இருப்பின் நோய் தீரும் வரை கொடுக்கவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் தீர்ந்து உடல் ஆரோக்கியம் அடையும்.

பத்தியம்:- மருந்து சாப்பிடும் போது புளி-கடுகு-நல்லெண்ணெ-மாமிச மச்ச வகைகள், வாயு பதார்த்தங்கள் அறவே கூடாது. நெய், சீரகம், வெங்காயம் சேர்த்து தாளித்துக் கொள்ளவும்.

8. கொடிய வாதங்களுக்கு, பஞ்ச சூத மெழுகு

தீரும் நோய்கள்:- பாரிசவாதம் - முகவாதம் - முட்டு வாதம் போன்ற எல்லா வகையான வாத நோய்களும் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	ரசம்	(சுத்தி)	10 கிராம்
2.	கெந்தகம்	(சுத்தி)	10 ,,
3.	வீரம்	(சுத்தி)	10 ,,
4.	பூரம்	(சுத்தி)	10 ,,
5.	மனோசிலை	(சுத்தி)	10 ,,
6.	சுக்குத்தூள்	(சுத்தி)	150 ,,

செய்முறை:- 1-லிருந்து 5-வரையுள்ள பாஷாண சரக்குகளை, அதனதன் முறைப்படி தனித்தனியாகச் சுத்தி செய்து கொள்ளவும். சுக்கை மேல் தோல் சீவியெடுத்து விட்டு தூள் செய்து ஜலித்து எடை பிறகாரம் எடுத்துக் கொள்ளவும். முதலில் ரசத்தையும், கெந்தகத்தையும் கலுவத்தில் போட்டு, இவை இரண்டும் நன்றாக உறவாகும்படி அரைக்கவும், கருத்திருக்கும். அதன் பிறகு ஒன்றன்பின் ஒன்றாக மற்ற மூன்றையும் போட்டு சுமார் 3-மணி நேரம் அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு இரும்புக் கரண்டியை உள் பக்கம் துரு இல்லாமல் வெண்மையாக இருக்கும்படி சுத்தமாக நன்றாகத் தேய்த்துக் கொள்ளவும். முன், கலுவத்தில் அரைத்துள்ள பாஷாண மருந்துகளை கரண்டியில் போட்டு, கரி நெருப்பு அனலில் கரண்டியை வைத்து எரிக்க உருகி கட்டிப்போகும். இதை யெடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைக்கவும். இத்துடன் சுக்குத்தூளையும் சேர்த்து, கொஞ்சங் கொஞ்சமாகத் தேன் விட்டு அரைத்துக் கொண்டு வர மெழுகாகும். இந்த மெழுகை வாயகன்ற புட்டியிலிட்டு மூடி, 40-நாட்கள் தானியபுடம் வைத்து எடுக்கவும். மருந்துகளின் அணுக்கள் ஒன்றோடு ஒன்று உறவாகி, மருந்தின் வீரியம் அதிகமாகும். வேகம் செய்யாது. சாந்தமாக வேலை செய்யும்.

உபயோகம்:- இந்த மெழுகில் இரண்டு மிளகளவு எடுத்து, பனைவெல்லத்திற்குள் வைத்து உருட்டி, வாயில் போட்டுக் கொண்டு பசுவின் பால் அருந்தவும். காலை-மாலை 5-நாட்கள் சாப்பிட்டு, 5 நாட்கள் மறுபத்தியம் இருக்க மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். மேலும் அவசியம் இருப்பின் 10-15-நாட்கள் இடையில் விட்டுவைத்து, மறுபடியும் காலை-மாலை, 5-நாட்கள் சாப்பிடவும்.

பத்தியம்:- புளி - கடுகு - நல்லெண்ணை-வாயு பதார்த்தங்கள்-மாமிச மச்ச வகைகள் கூடாது. நெய்-பால்-தயிர்-மோர்-இவைகளையும் பொருத்தமான காய்கறிகளையும் சேர்க்கவும்.

பித்த சம்பந்தமான நோய்களுக்கு

9. ஏலாதி சூரணம், பித்தத்திற்கு

தீரும் நோய்கள்:- பசியின்மை - வாய்குமட்டல் - வாய் கசப்பு - தலைசுற்றல் - தலைகிறுகிறுப்பு முதலிய கல்லீரல், பித்தப்பை சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	ஏலம்	10 கிராம்	(1-பங்கு)
2.	கிராம்பு	10 கிராம்	(1 ..)
3.	திரிகடுகு	20 கிராம்	(2 ..)
4.	இஞ்சி	30 கிராம்	(3 ..)
5.	அதிமதுரம்	40 கிராம்	(4 ..)

செய்முறை:- கிராம்பின் தலைப்பில் இருக்கும் பூவை நீக்கிவிட்டு லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். ஏலத்தையும் லேசாக வறுக்கவும். இஞ்சியை மேல் தோல் சீவி எடுத்து விட்டு, வில்லை வில்லைகளாக நறுக்கி உலர்த்திக் கொள்ளவும். ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியாக இடித்து தூள் செய்து கொண்டு, பிறகு எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை 1-கிராம் வீதம் வெந்நீருடன் சாப்பிடவும். குறைந்த அளவு 20-நாட்களாவது சாப்பிட வேண்டும். தேவைப்படின் மேலும் சாப்பிடலாம். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

குறிப்பு:- திரி கடுகு என்பது, சுக்கு-மிளகு-திப்பிலி இம்மூன்றும் சம எடை தூள் செய்து கலந்தது. சுக்கை மேல் தோல் நீக்கவும். மிளகு, திப்பிலி இவ்விரண்டையும் தனித்தனியாக லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.

10. பயித்தி யாந்தகம்

தீரும் நோய்கள்:- 40-வகை பித்தங்களும் தீரும். பசியின்மை - வாந்தி - மயக்கம் - தலை கிறு கிறுப்பு - ஒற்றைத் தலைவலி, பித்தம் முதலானவை குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சுக்குத் தூள்	100 கிராம்
2.	திப்பிலித் தூள்	100 ,,
3.	அக்கரகாரத் தூள்	100 ,,
4.	திராட்சை உப்பு (Tartaric Acid)	30 ,,
5.	எலுமிச்சை உப்பு (Citrik Acid)	5 ,,
6.	பச்சை கற்பூரம்	5 ,,
7.	குங்குமப்பூ	5 ,,
8.	தேன்	தேவையான அளவு

செய்முறை:- சுக்கை மேல் தோல் சீவி யெடுத்துவிட்டு தூள் செய்து கொண்டு சலித்துக் கொள்ளவும். திப்பிலி, அக்கரகாரம் இவைகளைத் தனித்தனியாக இள வறுகலாக வறுத்து தனித்தனியாகத் தூள்செய்து சலித்துக் கொள்ளவும். ஒவ்வொன்றும் 100-கிராம் வீதம் எடை போட்டு எடுத்து, ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

அதன் பிறகு, 4-5-6-7, சரக்குகளை தனித்தனியாக தூள் செய்து கொண்டு ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். முன் தயாரித்து வைத்துள்ள சூரணங்களுடன் சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும். எல்லாவற்றையும் கல்வத்திலிட்டு, சிறுகச் சிறுகத் தேன் விட்டு எல்லாம் நன்றாக உறவாகும் படி அரைத்துக் கொள்ளவும். அல்லது தேன் விட்டுப் பிசைந்து உறவாகும்படி கலந்து ஒரு வாயகன்ற புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:-இதில் கோலியளவு எடுத்து, காலை-மாலை வெறும் வயிற்றில் வாயிலிட்டுச் சப்பிச் சாப்பிடவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். நோய் குணமாகும் வரை தொடர்ந்து சாப்பிடவும்.

கப, பீனிச சம்பந்தமான நோய்களுக்கு

11. நாட்டுக் கல்நார் பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- மேக சம்பந்தமான நோய்களும், கபரோகங்களும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	நாட்டு கல்நார்	100 கிராம்
2.	கண்டங்கத்திரியின் சாறு	தேவையான அளவு.

செய்முறை:- கல்நாரை கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் கொண்டு, கண்டங்கத்திரிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு அரைத்து, வில்லை தட்டிக் காயவைக்கவும். நன்றாக காய்ந்தபின், வில்லையை அகலிலிட்டு மேலகல் மூடி நன்றாகச் சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். 30-40 வறட்டிகளில் புடமிட பற்பமாகும். அரைத்து புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- ஒன்று முதல் இரண்டு பட்டாணி அளவு பற்பத்துடன் திரிகடுகு சேர்த்து தேன் விட்டுக் குழைத்துச் சாப்பிட, மேற்சொல்லிய நோய்கள் குணமாகும்.

12. பஞ்சதாரை கிருதம்

தீரும் நோய்கள்:- இருமல்-கபம்-காசம் முதலிய நோய்கள் குணமாகும். பசி தீபனமும் உண்டாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	தேன்	500 கிராம்
2.	எலுமிச்சம் பழச்சாறு	500 ,,
3.	நாட்டுச் சர்க்கரை	500 ,,

இம் மூன்றையும் ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

மேலும் தேவையான சரக்குகள்

1.	சுக்குத் தூள்	35 கிராம்
2.	மிளகுத் தூள்	35 ,,
3.	திப்பிலித்தூள்	35 ,,
4.	ஏலம் தூள்	35 ,,
5.	கடுக்காய்த் தூள்	35 ,,

செய்முறை:- சுக்கை மேல் தோல் சீவி எடுத்த பிறகு தூள் செய்து அளவின் பிரகாரம் எடுத்துக் கொள்ளவும். கடுக்காயை கொட்டை நீக்கி தோலை மாத்திரம் எடுத்துக் கொள்ளவும். மிளகு-திப்பிலி-ஏலம்-கடுக்காய்த் தோல் இவைகளை தனித்தனியாக லேசாக வாசனை கிளம்ப வறுத்து. தனித்தனியாக இடித்து தூள் செய்த பிறகு அளவுப்படி நிறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இவைகள் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

இதை, முன்பு பாத்திரத்தில் கலந்து வைத்துள்ள தேன் முதலான திரவச் சரக்குகளுடன் கலந்து, நன்றாக உறவாகும் படி மத்தால் கடையவும். இதைப் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- ஒரு தேக்கரண்டியளவு காலை-மாலை சாப்பிட்டுக் கொண்டுவர மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகி உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தைக் கொடுக்கும். இதுவும் ஒரு நல்ல மருந்து.

13. தாளக பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- கபம்-கப சம்பந்தமான நோய்கள்-சுவாசகாசம் (ஆஸ்துமா) போன்ற நோய்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	தாளகம் (ஒரே கட்டியாக)	40 கிராம்
2.	கட்டி கற்பூரம்	20 ,,
3.	செம்முள்ளிக் கீரை	60 ,,
4.	கற்சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீர்	தேவையான அளவு

தாளக சுத்தி:- செம்முள்ளிக் கீரையை அரைத்துக் கொள்ளவும். இத்துடன் பூங் கற்பூரத்தையும் சேர்த்து உற வாகும்படி நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். இந்த விழுதை தாளகக் கட்டிக்கு, சுற்றிலும் ஒரே சீராக இருக்கும்படி கவசம் செய்துகொள்ளவும். நிழலில் உலர்த்தவும். இதன் மீது மண்சீலைகள் 7 செய்து வெய்யிலில் உலர்த்திக் கொள் ளவும். 3-4-வறட்டியில் புடமிடவும். தாளகம் அதிக சூடு தாங்காது. ஆதலால் அனுபவ வாயிலாக வறட்டிகளை குறைத்து வைத்து புடம் போடவும். ஆறியபின் மறுநாள் எடுத்து சீலையைப் பிரித்துப் பார்க்க தாளகம் கனிம்பு முழு வதும் போய் உயர்ந்த சுத்தியாகி யிருக்கும்.

செய்முறை:- தாளகத்தை கல்வத்திலிட்டு நுணுக்கிக் கொண்டு, கற்சுண்ண தெளிவு நீர்விட்டு அரைத்து, வில்லை தட்டிக் காயவைக்கவும். இந்த வில்லையை அகலி விட்டு மேலகல் மூடி 7-சீலைமண் செய்து வெய்யிலில் உலர்த்தி 5-வறட்டியில் புடமிடவும். ஆறிய பின் மறுநாள் எடுத்து சீலையை நீக்கி, முன்போலவே, கற்சுண்ண தெளிவு நீர் விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி அகலிலிட்டு சீலைமண் செய்து உலர்த்தி 5-6 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறு மொத்தம் மூன்று புடங்கள் போட்டு முடிக்கவும். இதை கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- ஒன்று முதல் இரண்டு அரிசி அளவு மருந் துடன் திரி கடுகுத் தூள் கலந்து. தேன்விட்டுக் குழைத்து

காலை-மாலை சாப்பிட்டுக் கொண்டு வரவும். 5-லிருந்து 10-நாட்கள் வரை கொள்ளலாம். மேற்சொன்ன கபநோய்கள் குணமாகும். தேவைப்படின் சில நாட்கள் விட்டு மறுபடியும் சாப்பிடவும். நோய் குணமாகும் வரை சாப்பிடவும்.

பத்தியம்:- சீதள பதார்த்தங்கள், வாயு பதார்த்தங்கள், புலால் வகைகள் கூடாது. புளி-கடுகு-நல்லெண்ணை விலக்கவும். நெய்-சீரகம்-வெங்காயம் தாளிப்பு செய்துகொள்ளவும்.

14. ஆக்கிராணப் பொடி (மூக்கில் நுகர)

தீரும் நோய்கள்:- மூக்கில் நீர்வடிதல், மூக்கடைப்பு, தலைபாரம் இவைகள் நீங்கும். மண்டையில் ஏறியுள்ள நீரும் வெளிப்படும். பீனிச நோயும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	போரிக் ஆஸிட் (Boric Acid)	10	கிராம்
2.	சீமை நவாச்சாரம் (Amonium)	5	,,
3.	கம் அகேசியா (Gum acasia)	5	,,
4.	புதினா உப்பு (Menthol)	5	,,
5.	சன்னமான விபூதி	25	,,

செய்முறை:- மேற்சொன்ன 4 சரக்குகளில், பொடிக்க வேண்டியவைகளைப் பொடித்துக் கொண்டு, எல்லாவற்றையும் விபூதியில் நன்றாக உறவாகும்படி கலந்து கல்கார்க்குள்ள புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். மேற்சொன்ன 4-சரக்குகளும் ஆங்கில மருந்துகள் விற்கும் கடைகளில் கிடைக்கும்.

உபயோகம்:- மேற்படி பொடியில் கொஞ்சம் விரல் நுனியில் தொட்டு (மூக்குப் பொடியை உறிஞ்சுவது போல) மூக்கில் உறியவும். 2-3-வேளைகள் நுகர்ந்தாலே மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். தேவையானபோது உபயோகிக்கவும்.

15. பாலசஞ்சீவி குளிகை

தீரும் நோய்கள்:- மார்பிலும் தொண்டையிலும் உள்ள கபம் - மூக்கடைப்பை உண்டாக்கும் சளி - மண்டை கனம் - சுரம்-பசியின்மை-குழந்தைகளின் மாந்தம் முதலானவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சுக்கு	10	கிராம்
2.	மிளகு	10	,,
3.	திப்பிலி	10	,,
4.	ஓமம்	10	,,
5.	கிராம்பு	10	,,
6.	வெங்காரம்	10	,,
7.	லிங்கம்	10	,,
8.	எலுமிச்சம் பழச்சாறு	தேவையான அளவு	

செய்முறைகள்:- சுக்கை தோல் சீவி விடவும். கிராம்பை தலைப்பிலுள்ள குமிழை நீக்கிவிடவும். 2-3-4-5 இச் சரக்குகளை லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். வெங்காரத்தை சட்டியிலிட்டு பொரித்துக் கொள்ளவும். லிங்கத்தை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். 1-முதல் 7-வரையுள்ள சரக்குகளைத் தனித்தனியாக கல்வத்திலிட்டு சன்னமாக அரைத்துக்கொண்டு எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். எலுமிச்சம் பழத்தைச் சாறு பிழிந்து துணியினால் வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு கொஞ்சங் கொஞ்சமாக பழச்சாறு விட்டு 9-மணி நேரம் அரைக்கவும். மெழுகு பதம் வரும்வரை அரைத்து எடுத்து, உளுந்து அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் நன்றாக உலர்த்தி புட்டியில் அடைக்கவும். நன்றாக உலர்த்தாவிட்டால் பூஞ்சாணம் பிடிக்கும்.

உபயோகம்:- குழந்தைகளுக்கு 1-லிருந்து 2-மாத்திரை வரை, தாய்ப்பால் - துளசிச்சாறு - தேன் இவைகளில் ஏதாவது ஒன்றில், மாத்திரையைப் பொடித்துக் கலந்து கொடுக்கவும்; பெரியவர்களுக்கு 4-முதல் 6-மாத்திரை வரை, வெந்நீருடன் கொடுக்கவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

16. கப நிவாரணி செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- கப சம்பந்தமான நோய்கள் வாத சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும். தொண்டையில் கபம் அடைத்துக் கொண்டு பேசமுடியாத நிலைமையில் இருக்கும்போதும் கொடுக்க நல்ல குணந்தரும். நாடி நடை விழுந்துவிட்ட போதும் கொடுக்க, நாடியை எழுப்பி குணந்தரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. லிங்கம் (சுத்தி செய்தது)	40	கிராம்
2. வெங்காரம் (பொரித்தது)	20	,,
3. வீரம் (சுத்தி செய்தது)	10	,,

செய்முறை:- ஒவ்வொன்றையும் த னி த் த னி யா க க் கல்வத்திலிட்டு அரைத்துக்கொண்டு, எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து அரைக்கவும். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு அரைப்பு அதிகமாக அரைக்கின்றோமோ அவ்வளவுக் கவ்வளவு மருந்தின் வீரியம் அதிகமாகும். புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- வயது, தேகதிடம் இவைகளை அறிந்து ஒரு அரிசி அளவு முதல் குன்றியளவு வரை திரி கடுகு சூரணம் சேர்த்து தேனில் குழைந்துக் கொடுக்கவும். அல்லது க்ஷயச் சூரணத்துடன் தேன் கலந்து கொடுக்கலாம். 5-வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்கும் கொடுக்கலாம். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

வீரசுத்தி:- வெங்காரத்தை சட்டியிலிட்டு உருக்கி, அதில் வீரக்கட்டியைப் போட்டு புரட்டி எடுக்கவும்.

17. பீனிச சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- ஜலதோஷம்-தும்மல் - கபம்-சளி- இவைகள் குணமாகும். மூக்கில் இரத்தம் வருதல்-மூக்கில் நாற்றம் - காதில் சீழ், இரத்தம் வருதல் - தினவு - வயிற்றுப் பொருமல் குணமாகும். பீனிச நோய்கள் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. சுக்கு	10	கிராம்
2. மிளகு	10	,,
3. திப்பிலி	10	,,
4. கண்டங்கத்திரி	10	,,
5. சங்கம் வேர்ப்பட்டை	10	,,
6. செங்கத்தாரி (சுருள் பட்டை)	10	,,
7. கொடி வேலி வேர்ப்பட்டை	10	,,

செய்முறை:- சுக்கை மேல் தோல் சீவவும். மிளகு, திப்பிலி இவைகளை லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும் இவைகள் எல்லாவற்றையும் கலந்து அரவை மிஷினில் அரைத்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை 1 கிராம் அளவு வெந்நீருடன் சாப்பிடவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். நோய் குணமாகும்வரை சாப்பிடவும்.

இருமல், இரத்த வாந்தி இவைகளுக்கு

18. இருமலுக்கு மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- வரட்டிருமல் - நுறுக்கிருமல் - தொண்டை கரகரப்பு - நாக்கு வரட்சி-தொண்டை வரட்சி இவைகள் குணமாகும். வாயில் நீர் சுரக்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	அதி மதுரத்தூள்	10 கிராம்
2.	வெண் மிளகுச் சூரணம்	10 ,,
3.	வெங்காரம் (பொரித்தது)	10 ,,
4.	கற்கண்டுத்தூள்	20 ,,

செய்முறை:- இவைகளைத் தனித்தனியாகத் தூள் செய்து கொண்டு ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இதைக் கல்வத்திலிட்டு, சாதம் வடித்த (தெளிந்த) கஞ்சி நீர் அல்லது தண்ணீர் விட்டு அரைக்கவும். மெழுகு பதமாய் இருக்கும் போது சிறு சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி, நிழலில் நன்றாக உலர்த்தி புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலையில் பல்தேய்த்தவுடன் வெறும் வயிற்றில், 2-லிருந்து 4-மாத்திரைகள் வாயிலிட்டு சப்பி சுவைத்து சாப்பிடவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் குண மாகும். பாடகர்களுக்கும் மிகச் சிறந்தது.

19. இரத்த வாந்திக்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- சிலர் திடீரென இரத்த வாந்தி எடுப்பார்கள். நுரைஈரலில் புண் ஏற்பட்டிருக்கும். அல்லது கல்லீரலில் புண் ஏற்பட்டிருக்கும். சில சமயம் வயிற்றில் புண் ஏற்பட்டிருந்தாலும், அப் புண்ணினாலும் இரத்தம் வரும். இப் புண்கள் ஆறி குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	வெள்ளை குங்கிலியம்	20 கிராம்
2.	படிகாரம் (பொரித்தது)	20 ,,

செய்முறை:- இவைகளைத் தனித்தனியாகத் தூள் செய்துகொண்டு ஒன்றாகக் கலந்து கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை அரை தேக்கரண்டி அளவு வாயிலிட்டு பால் அருந்தவும். ஒன்றிரண்டு வேளைகளிலேயே குணமாகி விடும்.

அதன் பிறகு, தரவேண்டிய மருந்து.

1.	சிருங்கி பற்பம்	50 கிராம்
2.	பவழ பற்பம்	50 ,,

இவைகளைக் கலந்து வைத்துக்கொண்டு, காலை-மாலை 1-அரிசி எடை (கூட இருந்தாலும் பரவாயில்லை) நெய்யில் குழைத்து 3-மாதங்கள்வரை சாப்பிட்டுக் கொண்டு வரவும். புண்கள் ஆறி பூரண குணம் உண்டாகும்.

பத்தியம்: - பச்சை - மிளகாய்-பாகற்காய் - சிறு கீரை - இஞ்சி-புலால் வகைகள் சேர்க்கக் கூடாது.

ஜன்னி, ஆஸ்துமா, க்ஷயம் இவைகளுக்கு

20. கப ஜன்னிக்கு மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- வாத ஜுரம்-பித்த ஜுரம்-சிலேத்தும ஜுரம் - 13 வகை ஜன்னிகள் - சுவாசகாசம் (ஆஸ்துமா) இவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கௌரி பாஷாணம்	20 கிராம்
2.	வெள்ளை பாஷாணம்	20 ,,
3.	கொடிக்கள்ளி வாட்டி எடுத்த சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- கௌரி பாஷாணத்தையும், வெள்ளை பாஷாணத்தையும் முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். கொடிக்கள்ளியை அனலில் வாட்டிப் பிழிந்து சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். முதல் இரண்டு பாஷாணங்களையும் தனித்

தனியாக கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். கொடிக்கள்ளிச் சாற்றை சிறுகச் சிறுக (செல்லுமானது) விட்டு நன்றாக 12 மணி நேரம் அரைத்துக் கொள்ளவும். மெழுகு பதத்தில் எடுத்து உளுந்து அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி, நிழலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும். ஒரு புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- வாத சுரத்திற்கு - தோல் சீவியெடுத்த சுக்கு கஷாயத்தில் 1-அல்லது 2-மாத்திரைகள் தரவும். பித்த ஜுரத்திற்கு - தோல் சீவியெடுத்த இஞ்சிச் சாற்றுடன் சிறிது தேன் கலந்து 2-மாத்திரைகள் கொடுக்கவும்.

சிலேத்தும ஜுரத்திற்கு:- மிளகு கஷாயத்துடன் 2-மாத்திரைகள் தரவும். ஜன்னிகளுக்கு- சுக்கும், வெள்ளைப் பூண்டும் நறுக்கிப் போட்டெடுத்த கஷாயத்தில் 2-லிருந்து 4-மாத்திரைகள் வரை சமயோசிதம் போல் நோயின் பலம் அறிந்து கொடுக்கவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

ஆஸ்துமாவிற்கு:- 2-3-மாத்திரைகள் பொடி செய்து கபத்தை அகற்றும் சூரணங்களுடன் (திப்பிலி சூரணம் அல்லது திரிகடுகு சூரணம்) கலந்து தேனில் கொடுக்கவும். ஆஸ்துமா என்னும் சுவாசகாசம் குணமாகும். குணமாகும் வரை சாப்பிட்டுக் கொண்டு வரவும்.

பத்தியம்:- குழகுழப்பாக உள்ள வெண்டைக்காய்-சேப்பங் கிழங்கு - வாழைப்பழம் போன்ற வகைகளையும், நீருள்ள பூசணிக்காய், சௌசௌ, வெள்ளரி போன்ற மற்ற வகைகளையும் விலக்க வேண்டும். ஜுரங்களுக்கு சாதம் சேர்க்காமல் ரொட்டி - பால், ரொட்டி - காப்பி போன்ற கோதுமை ஆகாரங்களைச் சேர்க்க வேண்டும். பத்தியமாக உணவு கொள்ளின் நோய் வெகு சீக்கிரம் குணமாகும். இன்றேல் நோய் மேலும் விருத்தியாகும். ''உண்ணத் தெரிந்தவருக்கு நோயில்லை'' என்பது பழமொழி.

21. வீர குளிகை, கபவாத ஜன்னிகளுக்கு

தீரும் நோய்கள்:- கபவாத ஜன்னிகளும், பலவகையான கபநோய்களும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	வீரம் (சுத்தி செய்தது)	30 கிராம்
2.	பச்சை கற்பூரம்	30 ,,
3.	மிளகுத்தூள்	30 ,,

செய்முறை:- இச்சரக்குகள் மூன்றையும் தனித்தனியாக கல்வத்திலிட்டு பொடி செய்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். மழைத் தண்ணீர் அல்லது ஆவி நீர் (Distiled Water) அல்லது தண்ணீர் இவைகளில் ஏதாவது ஒன்றை விட்டு, 3-மணி நேரம் அரைத்துக் கொள்ளவும். மெழுகு பதத்தில் எடுத்து உளுந்து அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

சுத்திமுறை:- வெங்காரத்தை சட்டியிலிட்டு உருகும் போது வீரக் கட்டியை அதில் போட்டு புரட்டி புரட்டி கொடுக்கவும். அதையெடுத்து மேலே ஒட்டியுள்ள வெங்காரத்தை சுரண்டியெடுத்துவிட்டு வீரத்தை மாத்திரம் 30 கிராம் எடுத்து சேர்க்கவும். வீரத்தை பெரிய கட்டியாக (50-கிராம்) எடுத்து சுத்தி செய்யவும். 30 கிராம் எடுத்து சுத்தி செய்தால் அளவில் குறையும். ஆதலால் அதிகமாக எடுத்து சுத்தி செய்யவும். மிளகை லேசாக வறுத்தெடுத்துக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து எடை பிரகாரம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- பெரியவர்களுக்கு 1-முதல் 2-மாத்திரைகள் பொடித்து தேனில் குழைத்து தரவும். குழந்தைகளுக்கு, தேனில் 4-5 முறை மாத்திரையை இழைத்துக் கொடுக்கவும் (¼ அல்லது ½ மாத்திரை). ஒரே வேளையில் கடுமையான ஜுரம், கோழை இவைகள் குணமாகும். பெரியவர்களுக்கு

காலை-மாலையாக மூன்று நாட்கள் தரவும். தேவைப்படின் மேலும் தரலாம். சமயோசிதம்போல் குழந்தைகள் முதல், பெரியோர்கள் வரை தேனில் சாப்பிடலாம். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். பத்தியம் வைக்கவும்.

22. ஆஸ்துமாவுக்கு மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- சுவாசகாசம் என்னும் இக் கொடிய வியாதி, மந்தாரகாசம் முதலிய பலவகைகள் உள்ளன. இந்நோய் அவ்வப்போது அடிக்கடி மருந்துகள் சாப்பிட்டு தான் குணம் பெற வேண்டும். இம் மாத்திரை கஷ்டப்பட்டு மூச்சு வாங்கும் இரைப்பை, ஓரளவு குணப்படுத்துவதில் ஓர் சிறந்த அனுபவ முறை.

தேவையான சரக்குகள்

1.	அரிசித் திப்பிலி	40 கிராம்
2.	எருக்கம்பால்	200 மி.லி.

செய்முறை:- ஒரு பீங்கான் கோப்பையில் அரிசித் திப்பிலியைப் போட்டு, அதற்குமேல் எருக்கம்பாலை விட்டு, ஊறவைக்கவும். நன்றாக ஊறியபின் இலைகளை யெடுத்து ஒரு ஊமத்தங் காயினுள் இருக்கும் விதைகளை நீக்கிவிட்டு, அதனுள் அரிசித் திப்பிலியை செலுத்தி மூடி நூலினால் சுற்றி கட்டிவிடவும்.

இதை ஒரு குடுவையிலிட்டு மேலகல் மூடி சீலைமண் செய்து உலர்த்தி 15-20 வறட்டியில் பக்குவமாக புடமிடவும். பற்பமாகி இருக்கும். மறுநாள் அதையெடுத்து கல்வத்தி லிட்டு அரைத்து, தேன்விட்டு 1-மணி நேரம் அரைக்க மெழு காகும். இதை குன்றிமணி அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்திக்கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- 2-3-மாத்திரைகள் காலை—மாலை வெந் நீருடன் அல்லது காப்பியுடன் கொடுக்கவும். சில நாட்

களில் குணம் தெரியும். எத்தனை நாட்கள் வேண்டு மானாலும் கொடுக்கலாம். மேற்சொன்ன நோய்கள் குண மாகும்.

பத்தியம்:- கபத்தையும், சிதளத்தையும் உண்டாக்கக் கூடிய பதார்த்த வகைகளை விலக்கவும். புலால் வகைகளும் கூடாது. "உண்ணத் தெரிந்தவருக்கு நோயில்லை."

23. பவழச் சுண்ணம்

தீரும் நோய்கள்:- க்ஷயம் (T.B.) என்னும் எலும்புருக்கி நோயையும், கப மிகுதியினால் ஏற்படும் சுவாசகாசம் (Asthma) என்னும் கப நோய்களும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கொடிப்பவழம்	50 கிராம்
2.	கல்சுண்ணாம்பு (தாளித்தது)	தேவையான அளவு
3.	சுத்தமான தேன்	,, ,,

செய்முறை:- கல்சுண்ணாம்பில் தேன் விட்டுப் பிசைந்து கொள்ளவும். இவைகள் கொள்ளத்தக்க ஒரு குடுவை யில் அல்லது பள்ளமான அகலில், இக்கலவையில் பாதி அளவைப் போட்டு, அதன்மீது கொடிப் பவளத்தை ஒன்றின் மீது ஒன்று படாமல் பரவலாக பொதித்து (செருகி) அதன் மீது மீதமுள்ள பாதி கலவையைப் போட்டு அழுத்திவிட்டு, மேல் பொருத்தமான அகல்மூடி சீலைமண் ஏழு செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். இதை ஏறக்குறைய 100 வறட் டியில் (அனுபவத்தின் பேரில் அறிந்து) புடமிடவும். ஆறிய பின் மறுநாள் குடுவையை எடுத்துச் சீலையை அகற்றி உள்ளிருக்கும் பவளத்தை கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். இது காரமாக இருக்கும். துரிதமாக வேலை செய்யும்.

உபயோகம்:- குன்றிமணியளவு பவளச் சுண்ணத்தை திரி கடுகு சூரணம் சேர்த்து தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட மேற்-

சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். கபநோய்களுக்கு மிகச் சிறந்தது. 20-நாளிலிருந்து 40-நாட்கள் வரை காலை-மாலை சாப்பிட வேண்டும். மேலும் தேவைப்பட்டால் சாப்பிடலாம்.

கொடிப்பவளத்தை சுத்தி செய்யும் முறை:- பவளத்திற்கு தேவையான எலுமிச்சம்பழங்களை வாங்கிக்கொண்டு வந்து சாறு பிழிந்து துணியில் வடிகட்டிக் கொள்ளவும். ஒரு கோப்பையில் பவளத்தைப் போட்டு அது முழுகும் அளவிற்குமேல் 1-அங்குல உயரம் இருக்கும்படி பழச்சாற்றை விட்டு, 24-மணி நேரம் ஊறவைத்து மறுநாள் எடுத்து கழுவி உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

24. பவழச்சுண்ணம் (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- 22-வது முறையில் சொல்லியுள்ளவைகளே.

தேவையான சரக்குகள்

1. கொடிப் பவழம் (சுத்தி செய்தது) 50 கிராம்
2. குப்பைமேனி இலையை அரைத்த விழுது தேவையான அளவு.

செய்முறை:- 22-வது முறையில் சொல்லியுள்ளபடி பழச்சாற்றில் கொடிப் பவழத்தை சுத்திசெய்து கொள்ளவும். பவளத்தை குப்பைமேனி இலையை அரைத்த விழுதிற்கு நடுவில் வைத்து, சுற்றிலும் ஒரே சீராக இருக்கும்படி கவசம் செய்து உருட்டி அழுத்தி விடவும். இதை ஒரு குடுவையில் வைத்து மேல் அகல் மூடி ஏழு சீலைமண் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். உலர்ந்தபின் 50 வறட்டியில் புடமிடவும். ஆறியபின் மறுநாள் எடுத்து சீலையைப் பிரித்து உள்ளிருக்கும் பவளத்தையெடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- 22-வது முறையில் கூறியபடியே உபயோகிக்கவும். கப சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும்.

25. பவழச் சுண்ணம் (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- 22-வது முறையில் சொல்லியுள்ள நோய்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. கொடிப்பவளம் 40 கிராம்
2. கருந்துளசி இலை தேவையான அளவு

செய்முறை:- 22-வது முறையில் கூறியுள்ளபடி கொடிப் பவளத்தை எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் சுத்தி செய்து கொள்ளவும். தேவையான கருந்துளசி இலையை அரைத்து விழுதாக்கிக் கொள்ளவும், இந்த விழுதிற்கு மத்தியில் கொடிப்பவளத்தை வைத்து, சுற்றிலும் ஒரே சீராக இருக்கும்வண்ணம் உருண்டையாக கவசித்து அழுத்தி விடவும். இந்த உருண்டையை ஒரு குடுவைக்குள் வைத்து மேல் அகல் மூடி சீலைமண் ஏழு செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். உலர்ந்த பின் இக்குடுவையை 50-வறட்டியில் புடம் இடவும். ஆறியபின் மறுநாள் எடுத்துச் சீலையைப் பிரித்து, உள்ளிருக்கும் பவளத்தையெடுத்து, கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். இது கடுங்காரச்சுண்ணமாகியிருக்கும்.

உபயோகம்:- 22-வது முறையில் கூறியுள்ளபடி உபயோகிக்க கப சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும்.

26. பவள பற்பம் (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- கப சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும். மஞ்சள் காமாலைக்கும் சிறுங்கி பற்பம் சேர்த்து தரலாம்.

தேவையான சரக்குகள்

1. கொடிப் பவளம் 30 கிராம்
2. கீழாநெல்லியிலை தேவையான அளவு

செய்முறை:- பவளத்தை 22-வது முறையில் கூறிய படியே பழச்சாற்றில் ஊறவைத்து சுத்தி செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். தேவையான கீழாநெல்லியிலையை எடுத்து அரைத்துக் கொள்ளவும். இந்த விழுதின் நடுவில் பவளத்தை வைத்து, சுற்றிலும் ஒரே சீராக விழுது இருக்கும்படி கவசித்து உருண்டையாக உருட்டி அழுத்தி விடவும். லேசாக நிழலில் உலர்த்தி உலர்த்தி அழுத்தி அழுத்தி விடவும். இந்த உருண்டையை இது கொள்ளக்கூடிய ஒரு குடுவைக்குள் வைத்து, மேல் பொருத்தமான அகல் கொண்டுமூடி, சீலைமண் ஏழு செய்து வெய்யிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். உலர்ந்தபின் இக்குடுவையை 40-50 வறட்டியில் புடம் இடவும். ஆறியபின் மறுநாள் எடுத்துச் சீலையைப் பிரித்து குடுவைக்குள் இருக்கும் பவளத்தை எடுத்து கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- 22-வது முறையில் கூறியுள்ளபடியே தகுந்த அனுபானத்தில் உபயோகிக்க கபசம்பந்தமான நோய்களும், மஞ்சள் காமாலையும் குணமாகும்.

27. பவளச் சுண்ணம் (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- 22-வது முறையில் கூறியுள்ள கப சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. கொடிப் பவளம் 50 கிராம்
2. இலந்தை இலை தேவையான அளவு

செய்முறை:- பவளத்தை 22-வது முறையில் எழுதியுள்ளபடி பழச்சாற்றில் சுத்தி செய்து கொண்டு, கழுவி உலர்த்திக் கொள்ளவும். தேவையான இலந்தை இலையை நன்றாக மைய அரைத்து விழுதாக்கிக் கொள்ளவும். இதன் மத்தியில் பவளங்களை வைத்து, சுற்றிலும் ஒரே விதகனமாக இருக்கும்படி கவசம் செய்து, உருண்டையாக உருட்டி, கையினால் அழுத்தி விடவும். நிழலில்

உலர்த்தி மறுபடியும் அழுத்தி விடவும். இப்படியே நிழலில் உலர்த்த உலர்த்தி கையினால் கெட்டியாக அழுத்திவிட்டுக் கொண்டு வரவும். பிறகு இதை ஒரு குடுவைக்குள் வைத்து, மேல் அகல் மூடி ஏழு சீலைமண் செய்து வெய்யிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். உலர்ந்த பின் இக்குடுவையை 40-50 வறட்டிகளில் புடமிடவும். ஆறிய பின் மறுநாள் குடுவையை எடுத்து சீலையைப் பிரித்து உள்ளிருக்கும் பவளங்களை எடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். இதுவும் சுண்ணமாகி இருக்கும்.

உபயோகம்:- 22-வது முறையில் கூறியுள்ளபடி, கப சம்பந்தமான நோய்களுக்குக் கொடுக்க குணமாகும்.

குறிப்பு:- இவ்வாறே உத்தாமணி இலையை அரைத்த விழுதிற்குள் பவளத்தை வைத்து புடமிடலாம். இதுவும் சுண்ணமாகும். முன்சொன்ன நோய்களை கண்டிக்கும்.

28. திப்பிலி சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- க்ஷயம் (T.B.)—இருமல்— சுவாசகாசம் (Asthma) முதலிய நோய்கள் குணமாகும். பீனிசமும் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. திப்பிலி 50 கிராம்
2. கிராம்பு 50 ,,

செய்முறை:- திப்பிலியை வாசனை கிளம்ப பொன் வறுவலாக வறுத்துக் கொள்ளவும். கிராம்பை தலைப்பில் உள்ள குமிழை நீக்கிவிட்டு, எடைபோட்டு வாசனை கிளம்ப திப்பிலியைப் போல தனியாக வறுத்துக் கொள்ளவும். இவ்விரண்டையும் தனித்தனியாகத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- இந்த சூரணத்தை இப்புத்தகத்தில் 17-வது முறையில் உள்ள பீனிச சூரணத்துடனும்,

இவ்வாசிரியர் எழுதியுள்ள ''சித்தர் கைகண்ட மருந்து'' என்ற நூலில் உள்ள க்ஷய சூரணத்துடனும் கலந்து உபயோகிக்கலாம்.

1. பீனிச சூரணம் 40 கிராம்
2. க்ஷயச் சூரணம் 40 ,,
3. மேற்சொன்ன திப்பிலிச் சூரணம் 10 ,,

இந்த அளவில் கலந்து வைத்துக் கொண்டு, காலை-மாலை ½ கிராமிலிருந்து 1-கிராம் வரை தேனில் கலந்து கொடுக்கவும். க்ஷயத்திற்கு, பொடுதலைச் சாறும் தேனும் கலந்து அதில் இச்சூரணத்தைக் குழைத்து கொடுக்க துரித குணந்தரும்.

பத்தியம்:- வாத சீதள பண்டங்களை விலக்கி உணவு கொள்ளவும்.

29. முத்துச் சுண்ணம்

தீரும் நோய்கள்:- எலும்புருக்கி (T.B.) நோயும்-நுரை ஈரல் சம்பந்தமான நோய்களும் குணமாகும். மற்றும் தாது புஷ்டியும் உண்டாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. கெட்டி முத்து 10 கிராம்
2. கரும் பூலா இலை தேவையான அளவு

செய்முறை:- கருப்பு பூலா இலையை அரைத்து விழுதாக்கிக் கொள்ளவும். இந்த விழுதின் மத்தியில் முத்துக்களை வைத்து சுற்றிலும் ஒரே கனமாக இருக்கும்படி உருண்டையாக உருட்டி அழுத்தி விடவும். பிறகு நிழலில் உலர்த்தி உலர்த்தி அழுத்தி அழுத்தி விடவும். இதை ஒரு சிறு குடுவைக்குள் அல்லது அகலில் வைத்து பொருத்தமான மேல் அகல் மூடி சீலை மண் ஏழு செய்து வெய்யிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். உலர்ந்தபின் இக் குடுவையை

10-அல்லது 15-வறட்டியில் புடமிடவும். சுண்ணமாகும். ஆறிய பின் மறுநாள் எடுத்து, குடுவைக்குள் இருக்கும் முத்துக்களை கல்வத்திலிட்டு 1-மணி நேரம் நன்றாக அரைத்து புட்டியிலிட்டு பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- வெற்றிலைப் பாக்குப் போடும் போது இந்த முத்துச் சுண்ணத்தை (சுண்ணாம்புக்குப் பதிலாக) வெற்றிலையில் தடவி மென்று சாப்பிட்டு சாற்றை விழுங்கவும். இவ்வாறு செய்து கொண்டு வர மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகி தாது விருத்தியும் ஏற்படும். இம்முத்துக்களை புடம் வைக்காமல் பன்னீர் விட்டு அரைத்து பற்பமாக்கி உபயோகித்தாலும் மேற்சொன்ன குணங்களைக் கொடுக்கும்.

கண் கோளாறுகளுக்கு

30. கண் படலத்திற்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- கண்படலம் (Cataract) என்னும் கண்ணோய் தீரும். அடிபட்ட புண்களுக்கு தடவி வந்தாலும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. சுத்தமான தேன் 250 கிராம்
2. பசுவின் நெய் 300 ,,

செய்முறை:- தேனையும், நெய்யையும் ஒரு பாத்திரத்தில் விட்டு, மற்றொரு பெரிய பாத்திரத்தில் மேற்படி திரவம் உள்ள அளவிற்கு (½ லிட்டர்) தண்ணீர் விட்டு, அதன் மீது தேன், நெய் உள்ள பாத்திரத்தை வைத்து, தினந்தோறும் ஒரு வேளை, பச்சை தென்னை ஈர்க்கினால் மேற்படி மருந்தை கடைந்து கொண்டிருக்கவும். மறுநாள் தண்ணீரை ஊற்றிவிட்டு புதிய நீர் ஊற்றி தென்னம் ஈர்க்கினால் கடைந்து கொண்டிருக்கவும். இவ்வாறே மேற்படி முறையிலேயே தண்ணீரில் வைத்திருந்து, தென்னம் ஈர்க்கினால் கடையவும். தினந்தோறும் தண்ணீரை புதிதாய்

மாற்றவும். இவ்வாறு செய்து கொண்டு வர மெழுகு பதமாகும். இதையெடுத்து வாயகன்ற ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- வெள்ளிக் குச்சியினாலாவது, கைவிரலினாலாவது இந்நெய்யை கண்களுக்கு கலிக்கம் போடுவதுபோல போடவும். மேற்சொன்ன கண் சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும்.

31. கண்ணுக்கு தேத்தான் குழம்பு

தீரும் நோய்கள்:- கண்படலம்-கண்மங்கல்-கண் சிவப்பு-கண்களில் எரிச்சல்-கண்களில் பீளை தள்ளுதல் முதலான கண் சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. தேத்தான் கொட்டை 500 கிராம்
2. தெளிவான இளநீர் தேவையான அளவு

செய்முறை:- தேத்தான் கொட்டையை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு, இவை முழுகும் அளவிற்கு, வழுக்கை இல்லாதபடி வடிகட்டிய இளநீரை விட்டு 4-5-நாட்கள் ஊறவைக்கவும். தேவைப்படின் மேலும் சில நாட்கள் ஊறவைக்கவும். ஊறியுள்ள தேத்தான் கொட்டையை இளநீர் விட்டு இடித்தாவது அல்லது அரைத்தாவது தாராளமாக இளநீர் விட்டுக் கலந்து துணியிலிட்டுப் பிழிந்து கொள்ளவும். திப்பியை அகற்றி விடவும்.

இந்த தேத்தான் குழம்பு உள்ள அளவிற்கு நான்கில் ஒரு பாகம் (1-லிட்டர் இருந்தால் தேன் ¼ லிட்டர்) சுத்தமான தேன் விட்டுக் கலந்து கொள்ளவும். இத்துடன் 1-லிட்டர் குழம்பு பதத்திலிருக்கும் கலவைக்கு, 2-கிராம் பச்சை கற்பூரம் தூள் செய்து போட்டு கலந்து விடவும். (அரை லிட்டர் குழம்பு கலவைக்கு 1-கிராம் பச்சை கற்பூரம்). இதை மெல்லிய துணி வாய்ப்புறம் கட்டி சூரிய

புடம் (வெய்யிலில்) வைத்துக் கொண்டு வரவும். மெழுகு பதம் ஆனவுடன் வாயகன்ற புட்டியிலிட்டு பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- இக்குழம்பை வெள்ளிக் கம்பியினாலாவது, சுத்தமாக நன்றாக சீவி பதப்படுத்தப்பட்ட தென்னம் சர்க்கினாலாவது அல்லது விரலினாலாவது, கண்களுக்கு மை தீட்டுவது போல தடவி வரவும். கண்கள் லேசாக எரியும். இவ்வாறு காலை-மாலை உபயோகித்து வரவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் தீர்ந்து கண்கள் துளங்கும்.

கை கால் மூட்டுக்களின் வீக்கம், உடல் வீக்கத்திற்கு

32. அய பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- கால்கள்-கைகள்-பாதங்கள் இவைகளில் ஏற்படும் வீக்கங்கள் தீரும். மலசலம் பிரியும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. அயப்பொடி 100 கிராம்
2. நண்டு ஓடு 100 „

செய்முறை:- அயத்தையும், நண்டு ஓட்டையும் தனித் தனியாக முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். பிறகு இரண்டையும் தனித்தனியாக அரைத்து தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இதை ஒரு சீமை குகைக்குள் (மூசை) வைத்து, பொருத்தமான ஓடு மூடி சீலைமண் வலுவாகச் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். இதை கருமான் உலையில் வைத்து பழுக்க ஊதவும். பற்பமாகி இருக்கும். ஆறிய பின் எடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை குன்றியளவு வாயில் போட்டுக் கொண்டு பால் அருந்தவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் தீர்ந்து, இரத்த விருத்தியும் உண்டாகும்.

33. நீரடைப்பிற்கு புளி உருண்டை

தீரும் நோய்கள்:- நீர்த்தாரை அடைப்பு நீங்கி நீர் தாராளமாக இறங்கும். மலங்கழியும். நீரடைப்பினால் ஏற்பட்ட கால் வீக்கமும் வடிந்து குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கோது கொட்டை நீக்கிய புளி	50 கிராம்
2.	வெடியுப்பு	100 ,,

செய்முறை:- இவ்விரண்டையும் கல் உரலில் இட்டு உறவாகும்படி நன்றாக இடித்துக் கொள்ளவும். பிறகு, அம்மியிலாவது, கல்வத்திலாவது இட்டு மைய அரைக்கவும். இதை சுண்டையளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரை தண்ணீருடன் உள்ளுக்கு சாப்பிடவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் தீரும். குணமாகும் வரை சாப்பிடவும். காரம் சேர்க்கக்கூடாது.

34. வீர எண்ணெய் (மேல் பூச்சுக்கு)

தீரும் நோய்கள்:- கால்களில் வீக்கம் - வயிறு வீக்கம்-உடல் வீக்கம் குறையும். மிகக் கடுமையாக உள்ள (ஆபத்து) சமயத்தில் உபயோகிக்க நலம் தரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	விளக்கெண்ணெய்	300 கிராம்
2.	வீரம்	10 ,,

செய்முறை:- விளக்கெண்ணெயை ஒரு பாத்திரத்தில் விட்டு சிறுதியாக காய்ச்சவும். எண்ணெய் பொங்கி வரும் பக்குவத்தில் பாத்திரத்தை கீழே இறக்கி வைத்து, வீரத்தைக் கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்து, இப்பொடியை

எண்ணெயில் போட்டு கிளறிக்கொண்டு வரவும். நன்றாக உறவாகி ஆறிய பிறகு புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- இந்த எண்ணெயை, வீக்கம் ஏற்பட்டுள்ள பாகங்களில், மேலே தடவி வந்தால் மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகி ஆரோக்கியத்தைக் கொடுக்கும்.

35. பூர மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- முடக்கு வாதம்-மூட்டுக்களில் வீக்கம் (Arthritis). நரித்தலை வாதம்-கிரந்தி-கள்ளிப்பூ இரந்தி-மாதர்யோனிப்புற்று-ரணம்-சூலை முதலான நோய்கள் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சித்திரமூல வேர்ப்பட்டைச் சூரணம்	20 கிராம்
2.	ஓமம் சூரணம்	20 ,,
3.	பூரம் (ரசகற்பூரம்) சுத்தி	20 ,,
4.	பனை வெல்லம்	20 ,,
5.	தேங்காய்ப் பால்	தேவையான அளவு

செய்முறை:- 1-2-3 நெம்பரிலுள்ள சரக்குகளை தனித்தனியாகத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு பனை வெல்லத்தையும் சேர்த்து, தேங்காய்ப்பால் சிறுகச் சிறுக விட்டு அரைக்கவும். மெழுகு பதமாக வரும் பக்குவத்தில் எடுத்து மிளகு அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும். புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- வயது, உடல்பலம் இவைகளை அறிந்து, காலையில் ஒருவேளை மாத்திரம் 1, அல்லது 2 மாத்திரை வீதம் பனைவெல்லத்திற்குள் வைத்து உருட்டி பாலுடன் விழுங்கவும். ஒருவாரம் அல்லது 10-நாட்கள் வரை சாப்பிடவும், மேலும் தேவைப்படின் 10-15 நாட்கள் இடைவெளி விட்டு சாப்பிடவும்.

இம்மருந்தை ஜாக்கிரதையாக சாப்பிட வேண்டும். சில சமயம் வாய் பிடிக்கக்கூடும், அப்படி ஏற்பட்டால் மருந்து சாப்பிடுவதை நிறுத்திவிட்டு. காலை-மதியம்-மாலை இம் மூன்று வேளையும், ஒவ்வொரு கோழி முட்டையின் வெண் கருவை மாத்திரம் எடுத்து உள்ளுக்கு கொடுக்கவும். 2-நாட் களில் (6-வேளை கொடுத்தவுடன்) குணமாகிவிடும். மேற் சொல்லிய நோய்கள் தீரும்.

பூரசுத்தி:- வெங்காரத்தை உருக்கி அதில் பூரக்கட்டியை போட்டு புரட்டி புரட்டிக் கொடுக்கவும். நல்ல சுத்தியாகும். இதை மருந்து செய்ய உபயோகிக்கவும் (ஆதாரம். வீரமா முனி நசகாண்டம்).

36. மகோதரம் நீங்க மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- வயிற்றில் நீர்சுரந்து வயிறு பெருத்துக் கொண்டே பானை வயிறு போல ஆகிவிடும். ஆங்கில வைத்தியத்தில் சிரிஞ்சின் மூலமாக வயிற்றில் குத்தி நீரை வெளிப்படுத்துவர். மறுபடியும் வயிறு சுரந்துவிடும். மறு படியும் நீரை வெளியேற்றுவர். குணமாவதில்லை. அப்படிப் பட்ட இந்த நோய் எளிய முறையினால் செய்யப்படும் இம்மருந்தினால், குணமடைந்து விடுகிறது.

தேவையான சரக்குகள்

1.	புதிய தகரத் தகடு	1½ கிலோ
2.	சரக் கொன்றையிலை	3 ,,
3.	தண்ணீர்	9 படி

செய்முறை:- ஒரு புதிய மண் பானையில், சரக் கொன்றை இலையைப் போட்டு, இதில் 9-படி நீரைவிட்டு அடுப்பேற்றி கொதிக்கவைக்கவும். மேற்சொன்ன தகரத்தை கன்னான் உலையில் பழுக்க சுட்டு எடுத்து மேற்படி பானைக் குள் போட்டு, பானையின் வாய்புறத்தை சீலையால் கட்டி, வாசலில் சூரிய வெப்பம் தாக்கும் இடத்தில் வைத்து

விடவும். குறைந்தது 5-நாட்களாவது சூரிய வெப்பத்தில் வைக்கவேண்டும்.

உபயோகம்:- ஊறியபின் 5-நாட்களுக்குப் பிறகு, இப் பானையில் உள்ள நீரில் வேளைக்கு 100-மில்லி (3-அவுன்ஸ்) வீதம் காலை-மாலை 2-வேளையும் கொடுத்துக் கொண்டு வரவும். மகோதரம் அதிசயிக்கத்தக்க அளவில் குணமடையும்.

பத்தியம்:- காரம் சேர்க்கக் கூடாது. பால் சாதம், மோர்ச் சாதம் உப்பில்லாமல் சாப்பிட வேண்டும்.

குறிப்பு:- திராது என்று மருத்துவ மனையிலிருந்து வீட்டிற்கு அனுப்பிய பல கேஸ்கள் குணமடைந்ததற்கு ஆதாரம் உண்டு. இது மிகவும் ரகசியமாக கையாண்டு வந்த மிக எளிய முறையாகும்.

(இம்முறை குன்றத்தூர் ஆசிரியர், டாக்டர் R.B. ராம மூர்த்தி அவர்கள் கையாண்டுவரும் முறையாகும்).

இருதய சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கு

37. மான் கொம்பு பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- இருதய நோய்கள்-மார்பு நோய்- இவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	மான்கொம்பு	250 கிராம்
2.	உத்தாமணி இலை	தேவையான அளவு

செய்முறை:- மான்கொம்புகளை சிறு சிறு துண்டுகளாக உளியினால் நறுக்கிக் கொள்ளவும். இத் துண்டுகளை ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு இவைகள் முழுகும் அளவிற்கு நல்லெண் ணெய் (எள்ளெண்ணை) விட்டு, 3 நாட்கள் ஊறவைக்கவும். இவைகளைச் சுத்தப்படுத்தி கழுவி வெய்யிலில் உலர்த்திக்

கொள்ளவும். பிறகு, உத்தாமணியிலையை அரைத்து ஒரு தேங்காயளவு எடுத்து உருண்டையாகச் செய்து, அதற்குள் சுத்தி செய்துள்ள மான் கொம்பு துண்டுகளை சொருகி, உருட்டி அமுத்தி ஒரு நாள் நிழலில் உலர்த்தவும், மறு நாளும் சுற்றிலும் அமுத்திவிடவும். இவ்வாறே மறுநாளும் அமுக்திவிடவும். அதன் பிறகு மண் சீலைகள் 7-செய்து வெய்யிலில் உலர்த்தவும். உலர்ந்த பின் 100-வறட்டியில் புடமிடவும்.

நன்றாக ஆறிய பின் மறுநாள் பக்குவமாய் எடுத்து நீறிய மான் கொம்புகளை பட்டுப் போல் அரைத்து பத்திரப் படுத்தவும். ஒருவேளை இவைகள் சுத்த வெண்மையாக ஆகாமல் கருப்பாக இருந்தால் பசுவின் பால் விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி நன்றாகக் காயவைக்கவும். நன்றாகக் காய்ந்த பின் எடுத்து ஓர் அகலில் வைத்து பொருத்தமான, மேல் அகல் மூடி 7-சீலைமண் செய்து வெய்யிலில் உலர்த்தி 50-விரட்டியில் புடமிடவும். நல்லிய வெண்மையாகும். பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை குன்றியிடை மான் கொம்பு பற்பத்தை தேன்-வெண்ணெய்-நெய் அல்லது பசுவின்பால் இவைகள் ஏதாவது ஒன்றில் சாப்பிடவும். தொடர்ந்து பல நாட்கள் நோய் தீரும் வரை சாப்பிடுதல் நன்று.

பத்தியம்:- காரமில்லாத ஆகாரங்கள் கொள்ளவும்.

38. இலிங்க செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- உடல் மிகவும் பலவீனப்பட்டு, நடந்தால் பெருமூச்சு வாங்கும். நடந்துபோக முடியாத நிலைமையில் உள்ளவர்களுக்கு இம்மருந்தைக் கொடுக்க சில நாட்களில் இரத்த விருத்தியாகி, நரம்புகளுக்கு ஊட்டம் கொடுக்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	லிங்கம் (சுத்தி செய்தது)	30 கிராம்
2.	முருங்கைப் பூச்சாறு	½ லிட்டர்

செய்முறை:- லிங்கத்தை முறைப்படி சுத்திசெய்து கொள்ளவும். முருங்கைப் பூக்களை சுத்தமானவைகளாகத் தேர்ந்தெடுத்து நன்றாக அலம்பி, நீரெல்லாம் இறங்கிய பிறகு, உரலிலிட்டு இடித்து சாறு எடுத்து பிழிந்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். லிங்கத்தைக் கல்வத்தில் இட்டு அரைத்துக் கொண்டு, அதில் முருங்கைப்பூச் சாற்றை சிறுகச் சிறுக விட்டு 1/2 லிட்டர் சாறு செல்லும் வரை பட்டுப்போல் மிருதுவாக அரைத்துக் கொள்ளவும். அரைக்க அரைக்க கல்வத்திலேயே உலர்ந்துவிடும். இதையெடுத்து ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- அரிசியெடை தேனில் காலை-மாலை கொடுத்துக் கொண்டுவரவும். குணமாகும் வரை தொடர்ந்து சாப்பிட்டுக் கொண்டுவரவும். வெண்ணெயிலும் சாப்பிடலாம்.

பத்தியம்:- புளி கூடாது. நெய், பால், தயிர், மோர், இவைகளை தேவையான அளவு சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

39. பவள, முத்துச்சிப்பி பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- இருமல்-இரைப்பு-க்ஷயம்-நரம்புத் தளர்ச்சி-பசியின்மை-வயிறு உப்பிசம் இவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கொடிப்பவளம்	100 கிராம்
2.	முத்துச்சிப்பி	100 கிராம்

செய்முறை:- பவளத்தையும், முத்துச்சிப்பியையும் முறைப்படி சுத்திசெய்து கொள்ளவும். இரண்டையும் தனித் தனியாகத் தூள் செய்து கொண்டு ஒன்றாகக் கலந்து, கல்வத்திலிட்டு, சுத்தமான பன்னீர் விட்டு பட்டுப்போல் அரைத்து பற்பமானவுடன் எடுத்து புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- பிணிகளுக்கேற்றவாறு அனுபானம் தேன் - வெண்ணை - பால் - போன்ற அனுபானங்களில், குன்றியளவு காலை-மாலை கொடுத்துக் கொண்டுவர, மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

வயிறு சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகளுக்கு

40. மகோதரம் தீர மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- மகோதரம்-உடல் முழுவதும் வீக்கங் கொண்டு இருத்தல்-சிறுநீரில் இரத்தம் வருதல்-இரத்த வாந்தி-உப்பு நீர்-மஞ்சள் காமாலை-நீடித்த கொக்கிப் புழு நோய் இவைகள் ஆச்சரியப்படத்தக்க அளவில் குணமடையும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	மண்டூரச் செந்தூரம்	50 கிராம்
2.	கிளாசத்து பற்பம்	20 ,,
3.	சிருங்கி பற்பம்	10 ,,
4.	சங்கு பற்பம்	10 ,,
5.	கொட்டாங்கச்சி கரித்தூள்	10 ,,

செய்முறை:- மேற்சொன்ன 5-சரக்குகளையும் கலந்து கொண்டு, கல்வத்திலிட்டு உறவாகும்படி அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இன்னும்,

தேவையான சரக்குகள் (சூரணம்)

1.	அதிமதுரம்	250 கிராம்
2.	முள் சங்கன் வேர்ப்பட்டை	250 ,,

செய்முறை:- இவைகளைத் தனித் தனியாக இடித்துத் தூள் செய்து சலித்துக் கொள்ளவும். இரண்டையும் சேர்த்து உறவாகும்படி நன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- முன் சொன்ன பற்பத்தில் பட்டாணி பிரமாணம் எடுத்து, கீழ் சொன்ன சூரணத்தில் 1-அல்லது 2-கிராம் அளவு எடுத்து கலந்து அனுபானத்துடன் கொடுக்கவும். காலை-மாலை-தினம் இரண்டு வேளை தரவும்.

அனுபானம்:- பால்-இளநீர்-சாதம் வடித்த கஞ்சிநீர் இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றில் மருந்து கொடுக்கவும். நோய் தீரும் வரை மருந்து சாப்பிட வேண்டும்.

பத்தியம்:- நோய்க்குத் தக்கபடி பத்தியம் வைக்கவும் புலால்-புகையிலை-மதுபானம்-உடலுறவு ஆகியவைகள் கண்டிப்பாக விலக்கவும்,

குறிப்பு:- இம்முறை குன்றத்தூர் ஆசிரியர். டாக்டர் R.B. ராமமூர்த்தி அவர்கள் கையாண்டு வரும் முறை.

41. குன்ம நோய்க்கு மெழுகு

தீரும் நோய்கள்:- வயிற்று உப்பிசம்-வயிற்றுவலி அஜீரண வாந்தி-ஆகாரம் ஏற்றுக் கொள்ளாமை-எல்லா வகையான குன்ம நோய்கள் யாவும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சுக்குத்தூள்	20 கிராம்
2.	மிளகுத்தூள்	20 ,,
3.	சீரகத்தூள்	20 ,,
4.	இந்துப்புப் பொடி	20 ,,
5.	நவாச்சாரப்பொடி	20 ,,
6.	எலுமிச்சம்பழச்சாறு	தேவையான அளவு.

செய்முறை:- 1-லிருந்து 5-6 நம்பர் வரையுள்ள சரக்குகளை தனித்தனியாகப் பொடி செய்து ஒன்றாகக் கலந்து, ஒரு பீங்கான் கோப்பையிலிட்டு. (வடிகட்டிய) எலுமிச்சம் பழச் சாற்றை விட்டு ஒரு வாரம் ஊறவைக்கவும், பிறகு இதை கல்வத்திலிட்டு பழச்சாறு விட்டு 6-மணி நேரம்

அரைக்கவும். மெழுகான பிறகு எடுத்து வாயகன்ற புட்டியி லிட்டு மூடி பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மதியம்-மாலை மூன்று வேளை அல்லது காலை-மாலை இரண்டு வேளையும், கோலியளவு சாப்பிட்டு வெந்நீர் அருந்தவும். ஜீரண சக்தியை அதிக மாக்கும்.

42. தாம்பிர பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- குன்மம் - சுவாசகாசம் (ஆஸ்துமா) இவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	தாம்பிரத்தகடு	1 (ஒரு ரூபாய் நாணய அளவு)
2.	கெந்தகம்	50 கிராம்
3.	எருக்கம்பால்	தேவையான அளவு

செய்முறை:- கெந்தியை எருக்கம்பால் விட்டு அரைத்து சுத்தி செய்துள்ள தாம்பிரத் தகட்டின் மீது கனமாக சுற்றிலும் ஒரே சீராக இருக்கும்படி தடவி உலர்த்திக் கொள்ளவும். மண் அகல்களுக்கு பதிலாக இரும்பு (அயம்) தகட்டினால் இரண்டு அகல்களைச் செய்து கொள்ளவும். இந்த இரண்டு அகல்களின் உள்பக்கங்களில் அரைத்துள்ள கெந்தகத்தை கனமாகத் தடவி உலர்த்திக் கொள்ளவும். ஒரு இரும்பு அகலின் மத்தியில், கவசஞ் செய்துள்ள தாம்பிரத் தகட்டை மூடி, மேல் இரும்பு அகல் மூடி 3-சீலை மண் செய்து கொள்ளவும். இதை உலர்த்திக் கொள்ளவும். இதை 100-வறட்டியில் புடமிட பற்பமாகும். கல்வத்திலிட்டு அரைத்து பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- குன்ம நோய்க்கு. காலை-மாலை அரிசி யளவு தேனில் 3-நாட்கள் தரவும். காச நோய்களுக்கு, அரிசி யெடை பற்பத்தில் திரிகடுகு சூரணம் சேர்த்து தேனில் தரவும்.

பத்தியம்:- புளி அறவே கூடாது. கவனிக்கவும்.

43. ரச செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- சரும நோய்கள்-வயிற்றில் ஏற்படும் கட்டி-கர்ப்பப் பையில் ஏற்படும் சூதகக்கட்டி முதலிய அனேக வியாதிகள் இம்மருந்தினால் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	ரசம் (சுத்தி)	30 கிராம்
2.	கெந்தி (,,)	30 ,,
3.	வெங்காரம் (பொரித்தது)	30 ,,

செய்முறை:- கெந்தகத்தை கல்வத்திலிட்டு பொடித்துக் கொண்டு, ரசத்தை விட்டு நன்றாக உறவாகும்படி அரைக் கவும். கருப்பாகி விடும். இதில் வெங்காரத்தையும் சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு துணியில் பையொன்று தைத்து அதில் மேற்படி சரக்கை போட்டு, தளர்ச்சியாக (உள்ளே தாராளமாக இடம் இருக்கும்படி) கட்டிக் கொள்ளவும். ஒரு சிறு மண் சட்டியில் பாதி அளவு மணல் கொட்டிப் பரப்பி அதன் நடுவில் மேற்படி மருந்தின் முடிச்சை வைத்து, அதற்கு மேலும் மணலைக் கொட்டி, மேல் வேறொரு, வாய்க்குப் பொருத்தமான மண்சட்டியால் மூடி, 2-சீலைமண் செய்து 15-வறட்டியில் புடம் வைக்கவும். சுந்தக வாடை நன்றாய் வீசும் போது எடுத்து விடவும். ஆறியபின் சீலைவயப்பிரித்து. மருந்தை கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியிலிடவும்.

உபயோகம்:- அரிசியெடை முதல் குன்றி அளவு வரை திரிகடுகு சூரணம் கலந்து தேனில் கொடுக்கவும். மேற் சொன்ன பிணிகள் தீரும்.

44. அண்டச் சுண்ணம்

தீரும் நோய்கள்:- உடலில் குத்தல், குடைச்சல், பிடிப்பு போன்ற வாயு சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் குணமாவதோடு வாயு பிரியும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கோழி முட்டை	ஒன்று
2.	வீரம் (சுத்தி)	5 கிராம்
3.	சிறுகீரைச்சாறு	தேவையான அளவு.

செய்முறை:- கோழி முட்டையில் சிறு துவாரம் ஒன்று செய்து, மஞ்சள் கருவை மாத்திரம் எடுத்துவிட்டு முட்டைக்குள் 5-கிராம் வீரக்கட்டியை உள்ளே செலுத்தி, சிறுகீரைச் சாற்றை செல்லுமானது விடவும். இந்த துவாரம் மறையவும், உள்ளிருக்கும் சாறு வெளிவராமல் இருக்கவும், வேறு ஒரு முட்டை ஓட்டைக்கொண்டு பொருத்தமாக மூடி, உளுந்து மாவு தடவி ஒட்டி நூலினால் சுற்றி கட்டிவிடவும். சிறுகீரையை அரைத்து ஒரு மாங்காயளவு எடுத்துக்கொண்டு அதன் மத்தியில் மேற்படி முட்டையை வைத்து கவசஞ் செய்து இதற்கு மேலாக மண் சீலை மூன்று செய்து உலர்த்தவும். 25-30 வறட்டி கொண்டு புடம் வைக்கவும். சுண்ணமாகும். ஆறியபின் மறுநாள் எடுத்து சீலையைப் பிரித்து உள்ளிருக்கும் வீரக்கட்டியையும் இத்துடன் இருக்கும் முட்டை ஓட்டையும் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- குன்றியளவு மருந்துடன் திரிகடுகு சூரணம் சேர்த்து தேனில் குழைத்து காலை-மாலை சாப்பிட்டு வர மேற்சொன்ன நோய்கள் தீரும்.

பத்தியம்:- புளி அறவே கூடாது.

45. பெருவயிறு கரைய சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- பெருத்த வயிறு-பெரும்பாடு-சூதகக்கட்டு முதலிய பிணிகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கடுக்காய்ப் பிஞ்சு	40	கிராம்
2.	கண்டத்திப்பிலி	40	,,

3.	கருஞ்சீரகம்	40	கிராம்
4.	சித்திரமூலம் வேர்பட்டை	40	,,
5.	சிவதை வேர்	40	,,

செய்முறை:- இவைகள் ஒவ்வொன்றையும் தனித் தனியாக பொன் வறுவலாக வறுத்துக் கொள்ளவும். தனித் தனியாகத் தூள் செய்து ஜலித்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- 1-கிராம் அளவு தேனில் குழைத்து காலை-மாலை சாப்பிட்டுக் கொண்டு வரவும். மேற்சொன்ன பிணிகள் தீரும். நோய் குணமாகும்வரை சாப்பிடவும்.

46. வயிற்றுப் பொருமலுக்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- வயிற்றுப் பொருமல்-குன்மம் போன்ற நோய்கள்-வயிறு சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள்-குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் வயிற்று வலி போன்ற நோய்களும் தீரும்.

தேவையா சரக்குகள்

1.	ஓமம்	250	கிராம்
2.	கசகசா	250	,,
3.	பனைவெல்லம்	500	,,

செய்முறை:- ஓமத்தை சுத்தம் செய்து புடைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். கசகசாவையும் தனியாக கல், மண் இல்லாமல் சுத்தம் செய்து புடைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இவைகளை தனித்தனியாக பொன் வறுவலாக வறுத்துக் கொள்ளவும். இவைகளை ஒன்றாகக் கலந்து கொண்டு மிஷினில் அரைத்து ஜலித்துக் கொள்ளவும். பனைவெல்லம் சேர்த்து அரைத்து லேகியம் போல செய்து கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மத்தியானம்-மாலையாக, மூன்று வேளையும், உணவுக்கு முன் வெறும் வயிற்றில் கெச்சக்காய் அவுள வெந்நீருடன் சாப்பிட்டுக் கொண்டு வர மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். தொடர்ந்து 20-நாட்கள் சாப்பிட குன்ம நோயும் தீரும். குழந்தைகள்கூட சாப்பிடக் கூடியது. வீட்டில் எப்போதும் இருக்க வேண்டிய மருந்து.

47. கட்டுவாதி சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- அனல் மந்தம் - உஷ்ணபேதி-வயிற்றில் எரிச்சல் - வயிற்றுப் பொருமல் - இரைப்பை வலுக் குறைவு இவைகள் தீரும். குருதி வலிமை உண்டாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சோம்பு	100	கிராம்
2.	சதகுப்பை	100	,,
3.	கருஞ் சீரகம்	100	,,
4.	தனியா	100	,,
5.	அதிமதுரம்	100	,,
6.	லவங்கப்பட்டை	100	,,
7.	கற்கண்டு	600	,,

செய்முறை:- 1 - முதல் 6 - வரையுள்ள சரக்குகளை தனித் தனியாக லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். இவைகளைத் தனித்தனியாகத் தூள் செய்து ஜலித்து எடுத்து எடை போட்டு ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். கற்கண்டையும் நன்றாகப் பொடித்து ஜலித்து மற்ற சரக்குடன் உறவாகும்படி கலந்து பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை - மாலை 1 - கிராம் முதல் 2 - கிராம் வரை மோருடன் அல்லது காய்ச்சி ஆறிய நீருடன் சாப்பிட்டுக் கொண்டு வர, மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். நோய் தீரும் வரை உட்கொள்ளவும்.

48. ஜீரணத்திற்கு தீபாக்கினி சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- வயிறு மந்தப்பட்டு உப்பிசமாக இருத்தல்-தொடர்ந்து ஏப்பம் வருதல்-அபான வாயு பிரியா இருத்தல் - புளித்த ஏப்பம் வருதல் போன்ற நோய்கள் குணமாகி, பசியெடுத்து உடலுக்கு நன்மை தரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	இந்துப்பு	10-கிராம்	(1-பாகம்)
2.	சீரகம்	20 ,,	(2 ,,)
3.	ஓமம்	30 ,,	(3 ,,)
4.	திப்பிலி	40 ,,	(4 ,,)
5.	கடுக்காய்த்தோல்	50 ,,	(5 ,,)

செய்முறை:- 1 - முதல் 5 - வரையுள்ள சரக்குகளை தனித் தனியாக சுத்தம் செய்து, பக்குவமாக வறுத்துக் கொள்ளவும். எல்லாவற்றையும் சேர்த்து மிஷினில் அரைத்து சூரணமாக்கிக் கொண்டு ஜலித்துக் கொள்ளவும். உப்பு சேர்த்திருப்பதால் வாயகன்ற கண்ணாடி புட்டியில் வைக்கவும். தகர டப்பாக்களில் வைத்தால் துருப்பிடித்து மருந்து கெட்டுப் போகும். கடுக்காயினுள் இருக்கும் கொட்டையை நீக்கிவிட்டு தோலை மாத்திரம் எடுத்து வறுக்கவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை வெறும் வயிற்றில் 1 - முதல் 2 - கிராம் வரை ஒரு மண்டலம் (40-நாட்கள்) வெந்நீருடன் சாப்பிடவும். மோருடனும் சாப்பிடலாம். மேற்சொன்ன நோய்கள் யாவும் தீரும்.

49. சீத பேதிக்கு சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- சீதபேதி, உஷ்ண சம்பந்தமான பேதி முதலானவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கடுக்காய்ப் பூ	100	கிராம்
2.	சிறு நாகப் பூ	100	,,
3.	காட்டாத்திப் பூ	100	,,

செய்முறை:- இவைகளைத் தனித்தனியாக சுத்தம் செய்து எடுத்துக்கொண்டு தனித்தனியாக லேசாக நெய் விட்டு வறுத்துக் கொள்ளவும். தனித்தனியாகத்தூள் செய்து எடை போட்டு மேற்சொன்னபடி சம அளவாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை - மதியம் - மாலை 3 - வேளையும் 1 - அல்லது 2-கிராம் அளவும் தயிரில் கலக்கிக் கொடுக்க, மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும்.

50. சீதபேதிக்கு சிறந்த மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- சீதபேதி குணமாகும். இன்னும் வயிற்றில் உள்ள ரணமும் ஆறும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	தான்றிக்காய்த் தோல்	100 கிராம்
2.	படிகாரம்	100 ,,
3.	கருப்பு உப்பு	100 ,,

செய்முறை:- இம்மூன்று சரக்குகளையும் தனித்தனியாகத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். பிறகு, ஒரு துணியில் தளர முடிந்து வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு லிட்டர் நீர் கொள்ளக்கூடிய. ஒரு குடுவையில் பாதி அளவு நீர் விட்டு. மேற்படி மருந்துள்ள முடிச்சை குடுவையின் வாய்ப்புறத்தில், துலாயந்திரமாக நீரில் படாமல் ஒரு குச்சியில் கட்டி தொங்கவிடவும் அடுப்பேற்றி நீரின் ஆவி மேற்படி முடிச்சில் படும்படி ஒரு மணி நேரம் எரிக்கவும். அதையெடுத்து ஆறிய பிறகு வெய்யிலில் உலர்த்தி, கல்வத்திலிட்டு நன்றாகப் பொடித்து அரைத்து கண்ணாடி புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- பெரியவர்களுக்கு தேக்கரண்டியளவு மோருடன் கொடுக்க ஒரே வேளையில் சீதபேதி நின்றுவிடும். 4 - 5 - முறைகள்கூட கொடுக்கலாம். முதலில்

மோரை வாயில் விட்டுக்கொண்டு மருந்தைப் போடவும். சிறுவர்களுக்கு, 1—சிட்டிகை யளவு மருந்தை தேனும் தண்ணீரும் கலந்து அதில் போட்டுக் கலக்கி குடிக்கும்படிச் செய்யலாம். நோய் தீரும் வரை கொடுக்கவும்.

51. பஞ்ச தீபாக்கினி லேகியம்

தீரும் நோய்கள்:- நாபியிலிருக்கும் சீதளத்தைப் பிரித்து பசி தீபனம் உண்டாக்கும். பித்தத்தைப் போக்கும். குடலில் தங்கியுள்ள வாயுவை நீக்கும். கல்லீரலையும் துரிதப்படுத்தும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சீரகம்	50 கிராம்
2.	சுக்கு	50 ,,
3.	மிளகு	50 ,,
4.	திப்பிலி	50 ,,
5.	ஏலரிசி	50 ,,
6.	சீனிசர்க்கரை	350 ,,
7.	எலுமிச்சம் பழச்சாறு	1½ லிட்டர்

செய்முறை:- 1-3-4-5 நெம்பருள்ள சரக்குகளை கல் மண் இல்லாமல் சுத்தி செய்துகொண்டு, தனித்தனியாக வறுத்து தூள் செய்து கொள்ளவும். சுக்கை மேல் தோல் சீவிவிட்டு தூள் செய்து கொள்ளவும். தூள் செய்த பிறகு மேற்சொன்ன அளவுப்படி நிறுத்தெடுத்து எல்லாவற்றையும் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

எலுமிச்சம் பழச்சாற்றை நன்றாக வடிகட்டிக் கொண்டு ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி இத்துடன் சர்க்கரையைக் கலந்து கொள்ளவும். இப்பாத்திரத்தை அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரித்து பாகுபதம் வரும் போது, சூரணத்தைச் சேர்த்துக் கிளறி அடுப்பிலிருந்து இறக்கி சூடு உள்ள போதே நெய் விட்டுக் கிளறி, தேன்விட்டுக் கிளறி லேகியமாக்கிக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- பெரியவர்களுக்கு நெல்லிக்கா யளவும் சிறுவர்களுக்கு கண்டைக்காயளவும் காலை - மாலை கொடுத்து வெந்நீர் அருந்தச் செய்யவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் தீரும். இது மிக எளிய முறையாகத் தோன்றி னாலும் ஒரு நல்ல வேதிய மருந்து.

சோகை, காமாலைக்கு

52. அயக்காந்த செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- சோகை-பாண்டு-காமாலை இவைகள் குணமாகும். இரத்த விருத்தி உண்டாகும். இரத்த-சோகை தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1	கெந்தி (சுத்தி)	100 கிராம்
2.	அயம் (சுத்தி)	100 ,,
3.	காந்தம் (சுத்தி)	100 ,,
4.	கற்றாழைச்சாறு	தேவையான அளவு.

செய்முறை:- மேற்கண்ட சரக்குகளை தனித்தனியாக முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். இவைகளைத் தனித் தனியாக கல்வத்திலிட்டு பொடித்து கற்றாழைச்சாறு விட்டு மெழுகு திரள அரைக்கவும். இதை ஒரே வில்லையாகத் தட்டி வெய்யிலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும். இந்த வில்லையை ஒரு சட்டியின் நடுவில் வைத்து வாய்க்குப் பொருத்தமான வேறு ஒரு சட்டியினால் மூடி, 3-சீலைமண் செய்து உலர்த்தவும். இச்சட்டியை அடுப்பேற்றி 10-மணி நேரம் எரிக்கவும். செந்தூரமாகும். ஆறிய பின் மறுநாள் சீலையைப் பிரித்து உள்ளிருக்கும் வில்லையை எடுத்து, கல்வத்திலிட்டு நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- கரிசாலை லேகியத்துடன் அல்லது திரிகடுகு சூரணத்துடன் தேன்கலந்து ½ குன்றி அளவு முதல்

2-குன்றி அளவு வரை, காலை மாலை கொடுத்துக் கொண்டு வர, மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். தொடர்ந்து 20-நாள் 40-நாள் தரவும்.

53. மஞ்சள் காமாலைக்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- மஞ்சள் காமாலை குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சிற்றாமணக்கின் இலைக் கொழுந்து	கொட்டைப் பாக்களவு
2.	எருமையின் வெண்ணெய்	கொட்டைப் பாக்களவு

செய்முறை:- சிற்றாமணக்கின் கொழுந்தை சுத்தமான அம்மியில் வைத்து அரைத்துக் கொண்டு, இத்துடன் வெண்ணெயைக் கலந்து கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை மாலையாக 1-வாரம் கொடுத்துக் கொண்டுவர மஞ்சள் காமாலை குணமாகும். மோர் சாதம் சாப்பிடவும். உப்பில்லாமல் அல்லது உப்பைக் குறைத்து உணவு கொள்ளின் சீக்கிரம் குணமாகும்.

54. மஞ்சள் காமாலைக்கு மருந்து (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- மஞ்சள் காமாலை ஒரு வாரத்தில் குணமாகும். இம்மருந்தை இன்னும் பலவிதமான நோய் களுக்கும் தரலாம்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சிற்றாமணக்கின் இலைக்கொழுந்து	நெச்சக்காய் அளவு
2.	சீரகம் (சுத்தி)	½ டீஸ்பூன்
3.	உப்பு	ஒரு சிட்டிகை

செய்முறை:- இலைக்கொழுந்தை சுத்தமாக அலம்பிக் கொள்ளவும். சீரகத்தை கல் மண் இல்லாமல் சுத்தப்படுத்திக்

கொள்ளவும். இம்மூன்றையும் சுத்தமான அம்மியில் வைத்து அரைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- இதை காலை-மாலை பசுவின் பாலுடன் 1-வாரம் கொடுக்கவும். ஒரே வாரத்தில் குணமாகும். வேறு நோய்களுக்கும் தரலாம். பசுவின் பால்சாதம் சாப்பிடவும். உப்பில்லாமல் பால் சாதம். சர்க்கரை சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

குறிப்பு:- இன்னும் பலவிதமான பிரயோகங்களுக்கு இந் நூல் ஆசிரியர் வெளியிட்டுள்ள ''சித்தர் கைகண்ட மருந்து'' என்னும் நூலைப் பார்க்கவும்.

55. காமாலைக்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- காமாலை குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	ஆமணக்கின் பருப்பு	5
2.	பூண்டுப்பல்	5
3.	மிளகு	5

செய்முறை:- இம்மூன்றையும் கல்வத்தில் அல்லது அம்மி யில் வைத்து அரைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை பசுவின் பாலுடன் அல்லது மோருடன் சாப்பிடவும். 7-நாட்கள் தரவும். ஏழே நாட் களில் குணமாகி விடும். உப்பில்லாமல் மோர் சாதம் அல்லது பால் சாதம் சாப்பிடவும். சர்க்கரை சேர்க்கலாம்.

56. அயத் தாம்பிர செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- இரத்த சோகை-காமாலை-பாண்டு முதலான நோய்கள் குணமாகும். பசி தீபனம் உண்டாகும். இரத்த விருத்தியும் ஆகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	அயத்தூள்	150	கிராம் (3-பாகம்)
2.	துருசு (மயில் துத்தம்)	100 ,,	(2-பாகம்)

செய்முறை:- அயத்தூளை சுத்தி செய்து கொள்ளவும். இவ்விரண்டையும் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்துக் கொண்டு, வெடியுப்புத் திராவகம் விட்டு நன்றாக அரைத்துக் கொள்ள வும். இதை வில்லைகளாகத் தட்டி வெய்யிலில் நன்றாக உலர வைக்கவும். இவைகளை ஓர் அகலில் பரப்பி வைத்து, பொருத்தமான மேலகல் மூடி சீலைமண் 7-செய்யவும். வெய்யிலில் உலர்த்தவும். உலர்ந்த பின் 30-40 வறட்டியில் புடமிடவும்.

ஆறிய பின் மறுநாள் எடுத்து கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து முன்போலவே. வெடியுப்புத் திராவகம் விட்டு அரைத்து வில்லைகள் தட்டி உலர்த்தி புடமிடவும். மறுநாள் முன்போலவே வெடியுப்பு திராவகம் விட்டு அரைத்து வில்லைகள் தட்டி உலர்த்தி அகலிலிட்டு புடமிடவும். இவ் வாறு மூன்று புடங்கள் ஆனபின் எடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைத்து பத்திரப்படுத்தவும். நேர்த்தியான செந்தூரம்.

உபயோகம்:- திரிகடுகு அல்லது கரிசாலை சூரணத்தில் 1-முதல் 2-அரிசியளவு தேனுடன் கலந்து காலை-மாலை சாப்பிட்டுக் கொண்டுவர மேற்கூறிய நோய்கள் குணமாகும். 10-நாட்கள் சாப்பிட்டு இடையில் 10-நாட்கள் விட்டு வைத்து மறுபடியும் 10-நாட்கள் சாப்பிடவும். பிணிகள் தீரும் வரை சாப்பிடவும். இரத்த கொழுமைக்கு மேலும் தொடர்ந்து சாப்பிடவும்.

வெடியுப்பு திராவக முறையை ஆசிரியர் எழுதியுள்ள ''சித்த மருந்து செய் பெரு முறைகள்'' என்ற நூலில் பார்க்கவும். இந்த திராவகம் பல மருந்துகள் செய்யப் பயன் படும்.

மூல வியாதிகளுக்கு

57. மூல நோய்க்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- மூலக்கிராணி (உஷ்ணக் கழிச்சல்) மூலத்திலிருந்து இரத்தம் வருதல் போன்ற மூல நோய்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சுக்கு	10 கிராம்
2.	மிளகு	10 ,,
3.	திப்பிலி	10 ,,
4.	ஓமம்	10 ,,
5.	மஞ்சள்	10 ,,
6.	சாதிக்காய்	10 ,,
7.	கிராம்பு	10 ,,
8.	வெள்ளுள்ளி	10 ,,
9.	அபின்	10 ,,

செய்முறை:- மேற்கண்ட சரக்குகளை (முறையாக) தனித்தனியாக சுத்தி செய்து கொள்ளவும். 1-லிருந்து 7-வரையுள்ள சரக்குகளை தனித்தனியாகத் தூள் செய்து கொண்டு ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். வெள்ளுள்ளியை தோல் நீக்கி கொஞ்சம் சூரணத்துடன் சேர்த்திடித்து ஒன்றாகக் கலந்து விடவும். அபினியை சிறிது நீரில் கரைத்து வடிகட்டிக் கொண்டு, சூரணத்துடன் சேர்த்து நன்றாக உறவாகும்படி கலந்து கொள்ளவும். ஈரப்பதம் இருப்பின் உலர்த்தியெடுத்து பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- பெரியவர்களுக்கு, 3-குன்றியளவும், குழந்தைகளுக்கு ஒரு குன்றியளவும் காலை-மாலை தேனில் குழைத்துகொடுக்கவும். 3-நாள் அல்லது 5-நாட்கள் தரலாம். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாவதோடு பலவகையாக பேதியாகும் கிராணி நோய்களுக்கும் தரலாம்.

(இது, காயல் பட்டிணம் டாக்டர். சொர்ணம் அவர்களின் பரம்பரை முறை).

58. மூலத்திற்கு மேற்பூச்சு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- மூலத்தில் ஏற்படும் கட்டிகள்-மூல வீக்கங்கள்-மூலக்கடுப்பு இவைகளுக்கு மேல் பூச்சாக தடவிக் கொண்டு வர குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	முள் முருங்கை விதை	30 கிராம்
2.	மிருதார் சிங்கி	10 ,,
3.	தேங்காயெண்ணை	தேவையான அளவு

செய்முறை:- இவைகளைத் தனித்தனியாக இடித்துப் பொடிசெய்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இதை கல்வத்திலிட்டு கொஞ்சங் கொஞ்சமாக தேங்காயெண்ணையை விட்டு, மெழுகாகும் வரை, 6-மணி நேரம் அரைக்கவும். ஒரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் விட்டு அதில் இதைப் போட்டு வைக்கவும். 7-நாட்கள் தண்ணீரில் இருக்க வேண்டும். தினந்தோறும் பாத்திரத்தில் உள்ள தண்ணீரை மாற்றி புதிதாக தண்ணீரை ஊற்றிவைக்கவும். இதை ஒரு வாயகன்ற கண்ணாடி புட்டி அல்லது பீங்கான் ஜாடியிலிட்டு மூடிவைக்கவும்.

உபயோகம்:- இதை மேற்சொன்ன நோய்களுக்கு தினந்தோறும் தடவிக் கொண்டுவர நோய் தீர்ந்து குணமாகும்.

59. நவ மூலத்திற்கும் மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- மூலத்தில் இரத்தக் கசிவு-மூலத்தில் சீழ் வருதல்-மூலக்கடுப்பு-மூலத்தில் எரிச்சல் முதலிய நோய்களும்-நவ மூலங்களும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	ரசம்	(சுத்தி)	30 கிராம்
2.	வெள் வங்கம்	(சுத்தி)	30 ,,
3.	வெடியுப்பு		60 ,,

செய்முறை:- வெள்வங்கத்தை ஒரு கரண்டியிலிட்டு உருக்கி கரண்டியை கீழே இறக்கி வைத்துக்கொண்டு, ரசத்தை அதில் விட உறவாகி வெட்டையாகும். இது உள்ள அளவிற்கு இரண்டு பங்கு வெடியுப்பைச் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டு பொடித்துக் கொள்ளவும்.

கற்சுண்ண ஜெயநீருக்கு தேவையான சரக்குகள்

1.	கற்சுண்ணாம்புத் தெளிவுநீர்	ஒரு லிட்டர்
2.	நவச்சாரம்	50 கிராம்

செய்முறை:- இவ்விரண்டையும் கலந்து வைக்க காரமான ஜெயநீராகும். இந்த ஜெயநீரால் மேற்சொன்ன கல்வத்திலுள்ள சரக்கை நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். இதை வில்லைகளாகத் தட்டி வெய்யிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். அகலிலிட்டு மேலகல் மூடி, சீலைமண் -7 செய்து உலர்த்தி, 25-வறட்டியில் புடமிடவும்.

உபயோகம்:- 1-அல்லது 2-குன்றிஎடை காலை-மாலை வெண்ணெயில் கொடுத்துக் கொண்டுவர மேற்சொன்ன நோய்கள் தீர்ந்து உடல் ஆரோக்கியமாகும்.

பத்தியம்:- பச்சைமிளகாய்-இஞ்சி-புளி-காரம்-புலால் வகைகள் இவைகளை அறவே விலக்கவும்.

வெள்வங்க சுத்தி முறை

வெள்வங்கத்தை கரண்டியிலிட்டு உருக்கி வேப்பெண்ணையில் சாய்க்கவும். இவ்வாறு வேறு வேறு எண்ணையில் 7-முறைகள் சாய்க்கவும். வெள்வங்கம் சுத்தியாகும்.

ரசம் சுத்தி முறை

ரசத்தை கல்வத்திலிட்டு, மஞ்சள் தூள் சேர்த்து அரைக்கவும். பிறகு மஞ்சள் தூளை ஊதி எடுத்து விட்டு, மறுபடியும் வேறு மஞ்சள் தூள் சேர்த்து அரைத்து மஞ்சள் தூளை ஊதி எடுத்து விடவும். இவ்வாறு பத்து முறைகள் அரைத்துக் கொள்ளவும். இதை ஒரு சுத்தமான முரட்டுத் துணியில் வைத்து பிழிந்தெடுக்கவும். இவ்வாறு 20-30-தடவைகள் பிழிந்தெடுக்க ரசம் சுத்தியாகும்.

60. நாகச் சுண்ணம்

தீரும் நோய்கள்:- மூலநோய்-பசியின்மை இவைகளைக் குணப்படுத்தும். உஷ்ண சம்பந்தமான நோய்களையும் தீர்க்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சிறுகண் நாகம் (சுத்தி)	80 கிராம்
2.	ரசம் (சுத்தி)	20 ,,
3.	கருந்துளசிச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- நாகத்தையும், ரசத்தையும் தனித்தனியாக முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். பிறகு ஒரு கரண்டியில் நாகத்தை உருக்கி, கரண்டியை கீழே இறக்கி வைத்து ரசத்தை விட்டு தொந்திக்க நாகம் வெட்டையாகும். இதைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து கருந்துளசிச்சாறு விட்டு அரைத்து வில்லைகளாகத் தட்டிக் காய வைக்கவும். அகலிலிட்டு மேலகல் மூடி சீலைமண் செய்து உலர்த்தி 50-60 வறட்டியில் புடமிடவும். இவ்வாறு துளசிச்சாறு விட்டு அரைத்து, முன்பு போலவே மூன்று புடங்கள் இட்டு எடுத்து, கல்வத்திலிட்டு மைபோல் அரைத்து புட்டியில் அடக்கம் செய்யவும்.

உபயோகம்:- மூல நோய், மற்றும் உஷ்ண சம்பந்தமான நோய்களுக்கு வெண்ணை, நெய் இவைகளிலும் மற்றவைகளுக்கு காலை-மாலை அரிசி எடை திரிகடுகு சூரணத்துடன் தேனிலும் தர, மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும்.

61. மூல நோய்க்கு கடுக்காய் ரசாயனம்

தீரும் நோய்கள்:- நவமூலங்களும் தீரும். மூலத்தில் வளர்ந்த சதையும் கரைந்து விடும். மலச்சிக்கலும் போகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சோற்றுக் கற்றாழையின் சோறு	1 கிலோ
2.	கடுக்காய்த்தோல்	1 ,,
3.	இந்துப்புத்தூள் கீழ்சொன்ன	எடை பிரகாரம்
4.	சுத்தமான தேன்	தேவையான அளவு

செய்முறை:- சோற்றுக் கற்றாழையின் மடலை தோலைச் சீவி எடுத்துவிட்டு, துண்டுகளாக நறுக்கிக் கொண்டு ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு, தேவையான அளவு கடுக்காய்த் தோலை ஒன்றிரண்டாய்ப் பொடி செய்து அதில் போட்டு பிசறி வைக்க ஜெயநீராகும். இதை வடிகட்டிக் கொள்ளவும். இந்த ஜெயநீரில் கொட்டையை நீக்கிய கடுக்காய்த் தோலை தேவையான அளவு போட்டு ஊற வைக்கவும். நன்றாக ஊறியபின் கல்வத்திலிட்டு, மேற்படி ஜெயநீர் விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி வெய்யிலில் உலர்த்தவும். உலர்ந்தபின் தூள் செய்து, அந்த தூள் உள்ள அளவிற்கு நான்கில் ஒரு பங்கு இந்துப்பைப் பொடி செய்து போட்டுக் கலந்து, இத்துடன் வேண்டிய அளவு தேன் விட்டு மெழுகு பதமாக ஆகும் அளவு பிசைந்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- இரவு படுக்கைக்குப் போகுமுன் கழற்சிக் காய் அளவு சாப்பிடவும். 2-மாதங்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டுக் கொண்டுவர, மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

62. முளை மூலம் குணமாக மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- முளை மூலம் கரைந்து விடும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. ஒரு கோழி முட்டையின் வெண்கரு
2. குப்பைமேனியின் வேர்த்தூள் ½ கிராம்

செய்முறை:- ஒரு மண் அகலை அடுப்பில் வைத்து, கோழி முட்டையின் வெண்கருவை அதில் விட்டு சிறுதீயாக எரிக்கவும். வெண்கரு பொரிந்து வரும் சமயம் குப்பை மேனியின் வேர்த்தூளைப் போட்டுக் கிளறி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- இதை காலை-மாலை சாப்பிடவும். இவ்வாறு மூன்று நாட்கள் சாப்பிட்டுக் கொண்டுவர, மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். உப்பு-புளி-காரம் நீக்கவும்.

63. முளை மூலம் கரைய மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- முளை மூலம் கரைந்து விடும். இரத்தம் வருவதும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	நீலி (அவுரி) வேர்ப்பட்டை	5 கிராம் (பச்சையாக)
2.	கோரோசனை	5 கிராம்

செய்முறை:- இவ்விரண்டையும் கல்வத்திலிட்டு சேர்த்து அரைத்து கடலைப் பிரமாணம் மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை ஒவ்வொரு மாத்திரை வீதம் வெந்நீருடன் 3-நாட்கள் சாப்பிட மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும். தேவைப்படின் மேலும் சில நாட்கள் சாப்பிடவும்.

பத்தியம்:- உப்பு-புளி-காரம் நீக்கி உணவு அருந்தவும். பால்கஞ்சி, மோர்கஞ்சி, பாயாசம் முதலியன சாப்பிடலாம்.

64. இரத்த மூலத்துக்கு மூலச்சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- மூலத்திலிருந்து இரத்தம் வருவது ஒரு வாரத்திற்குள் நின்றுவிடும். பேதியையும் கட்டுப்படுத்தும். உடல் வெப்பத்தையும் தணிக்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	ஓமம்	60	கிராம்
2.	இந்துப்பு	30	,,
3.	கடுக்காய்த்தோல்	150	,,
4.	சுக்கு	70	,,
5.	வால்மிளகு	50	,,
6.	அரிசித்திப்பிலி	40	,,

செய்முறை:- 1-3-5-6, நெம்பருள்ள சரக்குகளை தனித் தனியாக லேசாக வறுத்துக் கொண்டு. தனித்தனியாகத் தூள் செய்து கொள்ளவும். சுக்கை மேல் தோலை சீவி யெடுத்துவிட்டு தூள் செய்து கொள்ளவும். இந்துப்பையும் பொடி செய்து கொள்ளவும். எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து கொண்டு காற்றுப் புகாத வாயகன்ற புட்டியில் போட்டு மூடியிட்டு பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை வெறும் வயிற்றிலும், மாலை 6 மணிக்கும் $\frac{1}{2}$ தேக்கரண்டியளவு மோருடன் சாப்பிடவும். ஒரு வாரத்துக்குள் இரத்தம் வருவது நின்று விடும். தொடர்ந்து 40-நாட்கள் சாப்பிடவும். பிறகு சில வருஷங்கள் வரை இரத்தம் வராது. அடிக்கடி தேவையானபோது சாப்பிடினும் குற்றமில்லை.

பத்தியம்: புலால் வகைகள் இஞ்சி பச்சைமிளகாய் பாகற்காய் சிறுகீரை இவைகள் கூடாது. காரம் மிகக் குறை வாகச் சேர்க்கவும்.

மூத்திரப்பை சம்பந்தமான நோய்களுக்கு

56. வெள்ளி பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- நீரடைப்பு-நீர்த்தாரையில் எரிச்சல்-வெட்டை - நெஞ்சுவலி முதலிய நோய்கள் குணமாகும். மற்றும், நரம்புகளையும் பலப்படுத்தும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	வெள்ளிப் பொடி	50 கிராம்
2.	உப்பிலாங் கொடிச்சாறு	தேவையான அளவு
3.	செம்முள்ளிக் கீரைச் சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- சுத்தி செய்து அரத்தினால் ராவி எடுத்த சன்னமான வெள்ளிப் பொடியை கலுவத்திலிட்டு, உப்பிலாங் கொடிச்சாறு விட்டு அரைத்து, வில்லை தட்டி வெய்யிலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும். இந்த வில்லையை அகலில்

அடக்கி மேலகல் மூடி சீலைமண் ஏழு செய்து வெய்யிலில் உலர்த்தவும். 100-வறட்டியில் புடமிடவும். ஆறியபின் மறு நாள் எடுத்து கல்வத்திலிட்டு சாறுவிட்டு அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து அகலில் அடக்கி சீலைமண் செய்து முன் போல் புடமிடவும். இவ்வாறு உப்பிலாங்கொடிச் சாற்றில் அரைத்து 3-புடங்களிடவும்.

இவ்வாறே செம்முள்ளிக்கீரைச் சாற்றினால் அரைத்து முன்போலவே 3-புடங்கள் போடவும். வெண்மையான பற்பமாகும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை அரிசியளவு வெண்ணை அல்லது நெய்யில் தர மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். நெஞ்சு வலிக்கு தேனில் தரவும். வேறு முறையை "சித்த மருந்து செய் பெரு முறைகள்" என்ற நூலில் பார்க்கவும்.

66. கோத்திர சிலாசமூத்து பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- நீர்த்தாரையில் எரிச்சல்-வெள்ளை வெட்டை-உஷ்ணத்தினால் ஏற்படும் ரத்த பித்தம்-க்ஷயம் முதலான நோய்கள் குணமாகும். இது ஓர் கற்பம். உடல் இறுகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கோமூத்திர சிலாசத்து	100 கிராம்
2.	கற்சுண்ணாம்பு (நாளித்தது)	தேவையான அளவு
3.	குப்பைமேனிச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- கற்சுண்ணாம்பில் குப்பை மேனிச் சாறு விட்டுப் பிசைந்து சிலாத்துக்கு கவசம் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். 25-30-வறட்டியில் புடமிடவும். ஆறியபிறகு மறுநாள் எடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை - மாலை - $\frac{1}{2}$ - 1 - கிராம் அளவு வெண்ணை அல்லது நெய்யில் கொடுக்கவும். 20-நாட்களுக்குக் குறையாமல் சாப்பிட வேண்டும். மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும்.

67. நீரில் இரத்தம் போவதற்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- மூத்திரத்துடன் இரத்தம் போதல் அல்லது இரத்தம் மாத்திரம் போதல்-இருமல்-இரைப்பு இவைகளும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. வெள்ளறுகு (பச்சையாக) — கெச்சக்காயளவு
2. பசுவின் பால் — ஒரு டம்ளர்

செய்முறை:- வெள்ளறுகு சமூலம் அரைத்துக் கொள்ளவும். பசுவின் பாலை காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலையாக -3-நாட்கள் பசுவின் பாலுடன் கொடுக்கவும். குணம் தெரியும். இருப்பினும் ஒரு வாரம் அல்லது பத்து நாட்கள் வரை கொடுத்துக் கொண்டு வர பூரண குணந்தரும்.

பத்தியம்:- பசுவின் பால் சாதந்தான் சாப்பிடவேண்டும். காரம் சேர்க்கக் கூடாது. இருமல், இரைப்பு உள்ளவர்களுக்கும் மேற்சொன்ன அளவில் பசுவின் பாலுடன் இரண்டு வேளைகள் கொடுக்க குணந்தெரியும்.

68. மது மேக வியாதிக்கு மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- மது மேகப்-நீர்க்கடுப்பு-நீர்க்குத்தல் அதி மூத்திரம் இவைகள் குணமாகும். மூத்திரம் தெளிந்து விடும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. மருதாணி இலை கஷாயம் — 4 அவுன்ஸ்
2. சுத்தி செய்த படிகாரத் தூள் — 1 கிராம்

செய்முறை:- ஒரு கைப்பிடி யளவு மருதாணி இலையை எடுத்துக் கொண்டு, ஒன்றிரண்டாக நறுக்கி ஒரு பாத்திரத்

தில் போட்டு, வேண்டிய அளவு தண்ணீர் விட்டு வேக வைத்து கஷாயம் இறக்கி வடிகட்டிக் கொள்ளவும். தேவையான அளவு படிகாரத்தை பசுவின் பால் விட்டரைத்து வில்லை தட்டி வெய்யிலில் உலர்த்தவும். நன்றாக உலர்ந்த பிறகு எடுத்து, மறுபடியும் பசுவின் பால் விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டி வெய்யிலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும். இவ்வாறு 3-முறைகள் செய்ய படிகாரம் ஒரு வகையான சுத்தியாகும். இதை உபயோகிக்கவும்.

உபயோகம்:- மருதாணி இலைக் கஷாயத்துடன் படிகாரத் தூளையும் கலந்து, காலை-மாலையாக 20-நாட்கள் சாப்பிடவும். சர்க்கரை வியாதி குணமாகும். சோதித்துப் பார்த்து, தேவையிருப்பின் மறுபடியும் தொடர்ந்து 20-நாட்கள் சாப்பிடவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் தீரும்.

69. அண்ட (விதை) வாத மருந்து

தீரும் நோய்கள்:- அண்டவாதம் என்னும் விதைகளில் நீர்சுரப்பு விதைவாதம் அல்லது பீஜவிக்கம் எனவும் கூறப்படும். ஆங்கிலத்தில் (Hyd ocele) என்பர். இந்நோயை நாளா வட்டத்தில் குணப்படுத்தும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. வேலிப்பருத்தியிலை — ஒரு கைப்பிடி அளவு
2. பூண்டு — முழுசாக ஒன்று

செய்முறை:- பூண்டை தோல் உரித்துக் கொள்ளவும். வேலிப்பருத்தி யிலையையும், பூண்டையும் சேர்த்து இடித்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் நீர் விட்டு, அதன் வாய்ப் புறத்திற்கு துணியைக் கட்டி, தனியாக இன்னொரு கைப் பிடி வேலிப் பருத்தியிலையை எடுத்துக் கொண்டு அதில் பாதி அளவை அதன் மத்தியில் பரப்பி நடுவில் முன் இடித்து வைத்துள்ள கல்கத்தை வைத்து இதன் மீது மீதமுள்ள பாதி இலைகளைப் போட்டு, வேறு பாத்திரத்தை கொண்டு, மூடி அடுப்பேற்றி புட்டவியல் போல 1-மணிநேரம்

வரை எரிக்கவும். பக்குவ பாகத்தில் இறக்கி எல்லாவற்றையும் எடுத்து, பிழிந்து சாற்றை வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- மேற்படி சாற்றைக் காலை ஒரு வேளை மாத்திரம் ஒருவாரம் வரையில் தொடர்ந்து கொடுக்கவும். வீக்கம் சுருங்கிவிடும்.

குறிப்பு:- சாறுபிழிந்த பிறகு உள்ள திப்பியை, இரவில் வீக்கமுள்ள விதையின் மீது வைத்து, கட்டிக் கொண்டு வரினும் மேலும் குணம் உண்டாகும்.

ஜுர வகைகளுக்கு

70. கபவாத ஜுரத்திற்கு மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- நிமோனியா என்னும் கபவாத ஜுரம் மூன்று நாட்களில் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சங்கு பாஷாணம் (சுத்தி)	10 கிராம்
2.	வெள்ளை மிளகு	40 ,,
3.	இஞ்சிச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- சங்கு பாஷாணத்தை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். மிளகை லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். இரண்டையும் தனித் தனியாகப் பொடித்து ஒன்றாகக் கலந்து கொண்டு, கல்வத்திலிட்டு இஞ்சிச் சாறுவிட்டு அரைக்கவும். மெழுகு திரளும் பக்குவத்தில் எடுத்து, தனியா அளவு மாத்திரைகளாகவும், உளுந்தளவு மாத்திரைகளாகவும் உருட்டி, நிழலில் நன்றாக உலர்த்தி யெடுத்து பத்திரப் படுத்தவும்.

குறிப்பு:- வெள்ளை மிளகுக்குப் பதிலாக சமையலுக்கு உபயோகிக்கும் மிளகையும் உபயோகிக்கலாம்.

உபயோகம்:- பெரியவர்களுக்கு திரேகபலம் அறிந்து தனியா அளவு மாத்திரையை 1-அல்லது 2-மாத்திரைகளைப் பொடித்து திரிகடுகு சூரணத்தைச் சேர்த்து தேனில் குழைத்து

கொடுக்கவும். காலை - மாலை 3 - நாட்கள் கொடுத்துக் கொண்டுவர மேற்கூறிய நோய் குணமாகும். உளுந்தளவு மாத்திரைகளை சிறுவர்களுக்கு கொடுக்கவும்.

பத்தியம்:- ஜுரம் குணமாகும்வரை, சம்பா கோதுமை நொய் கஞ்சி பால் விட்டுக் கொடுக்கவும். ரொட்டியும் பாலும் அல்லது ரொட்டியும் காப்பியும் தரலாம்.

71. லிங்க மெழுகு

தீரும் நோய்கள்:- விஷ ஜுரம் - மலேரியா ஜுரம் - நிமோனியா ஜுரம் முதலிய ஜுரங்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	லிங்கம் (சுத்தி)	30 கிராம்
2.	ஈசுவர மூலி வேர்	ஒரு கத்தை

செய்முறை:- லிங்கத்தை கல்வத்திலிட்டுத் தூள் செய்து ஒரு சட்டியிலிட்டு அடுப்பேற்றி, சிறு தீயாக எரித்துக் கொண்டே ஈசுவர மூலி என்னும் தலைச்சுருளி வேர்க் கத்தையினால் துழாவிக் கொண்டேவர லிங்கம் மெழுகாகும். இதை மூடியுள்ள ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- கடுகளவு மெழுகுடன் திரிகடுகு சூரணங் கலந்து தேனில் குழைத்து காலை - மாலை கொடுத்துக் கொண்டு வரவும். நோய் குணமாகும் வரை கொடுக்கவும். திரேக திட மறிந்து அளவைக் கூட்டியும் கொடுக்கலாம். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

பத்தியம்:- புளி-கடுகு-நல்லெண்ணை-புலால்-புகையிலை இவைகள் அறவே கூடாது. அரிசி சாதம் கொடுக்காமல், கோதுமை நொய்கஞ்சி, ரொட்டி, பால், காப்பி இவைகள் கொடுத்தல் நலம்.

72. கௌரி மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- வாத ஜுரம் - கபஜுரம் போன்ற கடுமையான ஜுரங்களும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கௌரி பாஷாணம் (சுத்தி)	20 கிராம்
2.	வீரம் (சுத்தி)	20 ,,
3.	மிளகு	100 ,,
4.	இஞ்சிச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- கௌரி பாஷாணத்தையும், வீரத்தையும் முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். மிளகை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு சுத்தமான தண்ணீர் விட்டு 2-நாட்கள் ஊறவைக்கவும். நீரை இறுத்துவிடவும். இதை ஒரு முரட்டுத் துணியில் அல்லது சுத்தமான கோணியில் வைத்துப் பரப்பி கோணியை மடித்து தேய்க்கவும். மிளகின் மீதுள்ள தோல் கழலும், இதை உலர்த்தி தூள் செய்து கொள்ளவும். இஞ்சியை தோல் சீவி யெடுத்துவிட்டு இடித்துச் சாறு எடுத்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். தூள் செய்த கௌரி, வீரம் இவைகளையும், மிளகுத் தூளையும் ஒன்றாகக் கலந்து கல்வத்திலிட்டு இஞ்சிச் சாறுவிட்டு 6-மணி நேரம் அரைக்கவும். மெழுகு திரளும் பக்குவத்தில் எடுத்து, பயறு அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும். கொஞ்சநேரம் வெய்யிலில் உலர்த்தி பிறகு புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- பெரியோர்களுக்கு 2-மாத்திரைகள் வெந்நீருடன் கொடுக்கவும். மேற்கண்ட பிணிகள் குணமாகும். குழந்தைகளுக்கு ஒரு மாத்திரையை சந்தனக்கல்லில் தேன் விட்டு இழைத்து கொடுக்க, கடுமையான கபமும், ஜுரமும் தணியும்.

குறிப்பு:- இது. டாக்டர். K.R. லட்சுமணன் அவர்கள் கையாண்டு வரும் முறை.

சரும நோய்களுக்கு

தாழம்பூ தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- தேமல்-படை-சொறி-சிரங்கு-தினவு -மேகரணம்-தொழுநோய் முதலான நோய்கள் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	தாழம்பூ	இரண்டு
2.	நல்லெண்ணெய்	500 மி. லிட்டர்.

செய்முறை:- தாழம்பூ இதழ்களை பிரித்து எடுத்து, ஈசல் இறகு போல (சிறு சிறு துண்டுகளாக) கத்தரியினால் கத்தரித்துக் கொள்ளவும். இதை வாயகன்ற ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு, தேவையான எள் எண்ணையை விட்டு, கடுமையான வெய்யிலில் ஒரு வாரம்வரை வெய்யிலில் (சூரிய புடம்) வைக்கவும். வடிகட்டி ஒரு புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- இந்த எண்ணையை உடல் முழுவதும் பூசி ஒரு மணி நேரம் ஊற விட்டு, சீயக்காய்த்தூள் அல்லது அரப்புத்தூள் தேய்த்து இளம் வெந்நீரில் குளிக்கவும். மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும். மற்றும், தாழம்பூச் செடியின் வேரை நறுக்கிப் போட்டு நீர்விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டிய கஷாயத்துடன், சீனி சேர்த்துக் குடிக்கவும், மேலும் துரித குணம் ஏற்படும்.

74. கெந்தக பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- அரிப்பு-சொறி-சிரங்கு-படை போன்ற சரும சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கெந்தகம்	100 கிராம்
2.	சோற்றுப்பு	400 ,,
3.	தண்ணீர்	தேவையான அளவு

செய்முறை:- கெந்தகத்தையும், உப்பையும் தனித்தனியாகத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இதை கல்வத்திலிட்டு சுத்தமான தண்ணீர் போதுமான அளவு விட்டு அரைக்கவும். கலுவத்துடன் விட்டு வைக்க தெளியும். தெளிந்தபின் கலுவத்தை சாய்த்து நீரை வெளியேற்றி விடவும். அடியில் இருக்கும் கெந்தகத்தை வெய்யிலில் உலர்த்தவும். மறுபடியும் நீர் விட்டரைத்து தெளியச் செய்து நீரை வடித்து விடவும். இவ்வாறு 2-3-முறைகள் செய்யவும். கெந்தி வெண்மையாகும். கெந்தக வாசனை இருக்காது. சோற்றுப்பிலிருக்கும் ரசத்தை கெந்தகம் கிரகித்துக்கொண்டு நன்றாகப் பிணியை குணப்படுத்தும்.

உபயோகம்:- சுண்டைக்காயளவு காலை-மாலை பால், வெண்ணை, நெய் ஏதாவது ஒன்றுடன் கொடுக்கவும். ஒரு வாரம் கொடுத்து இடையில் ஒரு வாரம் விட்டு வைத்து மறுபடியும் ஒரு வாரம் கொடுக்கவும். நோய் தீரும் வரை சாப்பிட வேண்டும். மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும்.

பத்தியம்:- நல்லெண்ணை-கடுகு-புளி-புலால் வகைகள் கூடாது. நெய், பால், தயிர், மோர், பழவகைகள் சேர்க்கவும்.

75. கெந்தக பற்பம் (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- சொறி-சிரங்கு - தினவு - தேமல் போன்ற சரும நோய்கள் குணமாகும். உஷ்ணத்தையும் தணிக்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கெந்தகம் (சுத்தி)	100 கிராம்
2.	கற்சுண்ணாம்பு (நாளித்தது)	50 ,,
3.	சிலாத்து பற்பம்	25 ,,
4.	கற்சுண்ணாம்பு தெளிவு நீர்	தேவையான அளவு

செய்முறை:- கெந்தகத்தை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். இம்மூன்றையும் கலுவத்திலிட்டு, சுண்ணாம்பு தெளிநீர் விட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும். இதை உலர்த்தி அரைத்து பற்பமாகவும் உபயோகிக்கலாம். அல்லது சுண்ணாம்பு தெளிவு நீர் விட்டரைத்து மெழுகு பதத்தில் எடுத்து, பட்டாணியளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி யெடுத்தும் உபயோகிக்கலாம்.

உபயோகம்:- பற்பமாயின் வயதிற்கு ஏற்றவாறு கால் கிராம் முதல் அரை கிராம் வரை, பால் - வெண்ணை - நெய் ஏதாவது ஒன்றில் கொடுக்கவும். மாத்திரையாயின் 1-முதல் 2-3-மாத்திரைகள் பாலுடன் சாப்பிடலாம்.

பத்தியம்:- கடுகு நல்லெண்ணை-புளி புலால் வகைகள் இவைகள் கூடாது. பால், நெய், தயிர், மோர் இவைகளைச் சேர்க்கவும்.

76. கெந்தகத் தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- சகல சரும வியாதிகளையும் குணப்படுத்தும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கெந்தகம் (சுத்தி)	50 கிராம்
2.	வெள்ளைப் பூண்டு (உரித்தது)	50 ,,
3.	ஆமணக்கெண்ணை	ஒரு லிட்டர்

செய்முறை:- கெந்தியை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். வெள்ளைப் பூண்டை தோல் உரித்துக் கொள்ளவும். கெந்தியையும் பூண்டையும் சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு பாண்டத்தில் விளக்கெண்ணையை விட்டு அதில் மேற்படி கல்கத்தை நன்றாக உறவாகும்படி கரைத்து விடவும். பாத்திரத்தை அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரித்துக் கொண்டே கரண்டியினால் கிளறிக் கொண்டே வரவும். நீர்சுண்டி சிவந்து வரும் பக்குவத்தில் இறக்கி வடிகட்டி பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை 1/2 முதல் 1-தேக்கரண்டி அளவு பாலில் விட்டுக் கொடுக்கவும். சில நாட்கள் கொடுத்து இடைவெளி விட்டுக் கொடுக்கவும். மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும். சிறியவர்களுக்கும் கொடுக்கலாம். முன் முறையில் சொன்ன பத்தியமே.

77. சேங்கொட்டை சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- எல்லா வகையான சரும நோய்களும் இதனால் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சேங்கொட்டை (சுத்தி)	50 கிராம்
2.	கத்தைக் காம்பு	100 ,,
3.	என்	100 ,,

செய்முறை:- மேற்கண்டபடி சுத்தி செய்து உலர்த்திய சேங்கொட்டையையும், நீரில் ஊறவைத்துதோல் நீக்கி சுத்தம் செய்து உலர்த்தியெடுத்த என்னையும் சேர்த்து இடிக்கவும். பிறகு இத்துடன் கத்தைக் காம்பையும் சேர்த்து இடித்து சலித்து வாயகன்ற ஜாடி அல்லது புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- ஒரு சிட்டிகை அளவு, காலை மாலை பசுவின் பாலுடன் சாப்பிட, மேற்சொன்ன நோய்கள் யாவும் குணமாகும். குறிப்பு:- 10 வயதிற்கு உட்பட்டவர்களுக்கு கொடுக்கக் கூடாது.

சேங்கொட்டை சுத்தி:- எருமைச் சாணியை நீர் விட்டுக் கரைத்து அதில் சேராங்கொட்டைகளைப் போட்டு அடுப் பேற்றி வேகவைத்து, கொதி வந்த பிறகு எடுத்து, நீரில் அலம்பி உலர்த்தவும், பிறகு மூக்கை வெட்டி பசுவின் பாலிலிட்டு, ஒருமணி நேரம் கொதிக்க வைத்தெடுத்து அலம்பி வெய்யிலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

78. கெந்தகச் சுடர் தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- இதை மேலுக்கு உபயோகிக்க, உச்சிப் பிளவை-பக்கப்பிளவை - அரையாப்பு - பவுத்திரம் - முலைக் குத்து-புண் புரைகள்-விப்புருதிக் கட்டிகள், இவை யாவும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கெந்தகம் (சுத்தி)	100	கிராம்
2.	சிற்றாமணக்கு எண்ணெ	தேவையான	அளவு
3.	எருக்கம் பால்	,,	,,
4.	சலவை செய்த துணி	,,	,,

செய்முறை:- கெந்தியை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொண்டு, கல்வத்திலிட்டு பொடித்துக் கொள்ளவும். கொஞ்சங் கொஞ்சமாக செல்லுமான ஆமணக்கெண்ணை விட்டு, நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும் 40 செ. மீ. நீளமும் 40 செ.மீ. அகலமும் உள்ள ஒரு (சலவைத்) துணியில் பரவ லாகத் தடவி உருட்டிக் கொள்ளவும். இதன் ஒரு முனையை ஒரு இரும்புக் கம்பியின் முனையில் கோத்து, திரியின் மறு முனையில் தீயிட்டுக் கொளுத்தவும். அடியில் ஒரு பீங்கான் கோப்பையை வைக்கவும். திரி எரிந்து அதிலிருந்து தைலம் சொட்டும். இன்னும், கரண்டியினால் இந்த விளக் கெண்ணையை எடுத்து திரியின் மீது விட்டுக்கொண்டு வரவும். திரியெல்லாம் எரிந்து தைலம் இறங்கிய பின், வடி கட்டி புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இரண்டாவதாக:- 20-செ. மீ. நீளமும், 20-செ. மீ. அகலமும் உள்ள ஒரு சலவை செய்த சீலையை யெடுத்து, எருக்கன் பாலில் நனைத்து உலர்த்தவும், இவ்வாறு மூன்று முறை செய்யவும்.

உபயோகம்:- எருக்கலம் பால் ஊட்டி உலர்த்திய மேற்படி துணியில், தேவையான அளவு கத்தரித்து எடுத்து,

அதில் தைலத்தை தடவி மேற்சொன்ன நோய்களின் மீது போட்டுக் கொண்டுவர, எல்லாம் குணமாகும். கட்டிகளும் கரையும்.

79. கரு மேகத்துக்கு சீரக வடகம்

தீரும் நோய்கள்:- முகத்தில், கைகால்களில் சருமத்தின் மீது கருப்பு நிறம் இருக்கும். இதை கருமேகம் என்பர். இம்மருந்தை 3-4-மாதங்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டுக் கொண்டுவர கருநிறம் மாறிவிடும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. காட்டுச்சீரகம்	500	கிராம்
2. கார் போக அரிசி	500	,,
3. கெந்தகம் (சுத்தி)	50	,,
4. பனைவெல்லம்	6	கிலோ

செய்முறை:- காட்டுச் சீரகத்தையும், கார்போக அரிசியையும் தனித்தனியாகத் தும்பு தூசுகள் கல் மண் இல்லாமல் சுத்தம் செய்து கொண்டு லேசாக வறுத்து, இரண்டையும் சேர்த்து மிஷினில் அரைத்துக் கொள்ளவும். கெந்தகத்தை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொண்டு பொடித்துத் தூள் செய்து நைய அரைத்து மேற்சொன்ன சூரணத்துடன் கலந்து கொள்ளவும். இத்துடன் பனைவெல்லத்தையும் பொடித்துச் சேர்த்து, உரலில் போட்டு இரும்பு உலக்கையினால் இடித்து லேகிய பதத்தில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். பனை வெல்லத்திற்குப் பதில் பனஞ்சருக்கரையும் சேர்க்கலாம்.

உபயோகம்:- தேக்கரண்டியளவு காலை-மாலை மென்று சாப்பிட்டு பால் அல்லது வெந்நீர் ஏதாவது அருந்தலாம்.

80. அஞ்சனக்கல் பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- தோலைப் பற்றிய மேக நோய்கள் 20-ம் குணமாகும். இன்னும் சந்தி-ஜுரம்-க்ஷயம் போன்ற நோய்களுக்கும் அனுபானத்துடன் தரலாம்.

தேவையான சரக்குகள்

1. அஞ்சனக்கல்	30 கிராம்
2. சிறுகீரை சமூலம்	தேவையான அளவு
3. பழம் புளி	தேவையான அளவு

செய்முறை:- சிறுகீரையையும், பழம் புளியையும் சேர்த்து அரைத்து சிறு தேங்காய் அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். இதன் மத்தியில் அஞ்சனக் கல்லை வைத்து உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும். உலர உலர கையினால் அழுத்தி அழுத்தி விட்டுக் கொண்டே வரவும். ஈரம் வறண்டபின் அதன் மீது ஒரு சுண்ணாம்பு சீலை செய்து உலர்த்தவும். மறுபடியும் 2-மண் சீலைகள் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். உலர்ந்தபின் எடுத்து 100-வறட்டியில் புடம் போடவும். சங்குபோல் வெண்மையாக பற்பமாகும். இதை கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பதனப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை - மாலை- அரிசி எடை தேனில் தரவும். நோய் தீரும் வரை, விட்டு விட்டு கொடுக்கவும். மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும்.

பெண்களின் வியாதிகளுக்கு

81. பெரும் பாட்டுக்கு சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- பெண்களுக்கு அதிக உதிரம் போதல் குணமாகும். கர்ப்பப்பை புண்ணையும் ஆற்றும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. மருதம் பட்டை	100	கிராம்
2. மாசிக்காய்	100	,,
3. காசிக்கட்டி	100	,,

செய்முறை:- மருதம் பட்டையை சிறுதுண்டுகளாக்கி வறுத்துக் கொள்ளவும். மாசிக்காயை ஒன்றிரண்டாக நறுக்கி நெய்யில் வறுத்துக் கொள்ளவும். இவைகளைத் தனித்தனி

யாகத் தூள் செய்து கொள்ளவும். காசிக்கட்டியையும் தூள் செய்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து ஜலித்து எடுத்து காற்றுப் புகாதபடி வாயகன்ற ஜாடி அல்லது புட்டியில் மூடி பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை தேக்கரண்டியளவு பாலுடன் கொடுக்கவும். நோய் முற்றிய நிலைமையிலிருந்தால் 4-மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறையும் கொடுக்கலாம். 3-நாள் கொடுக்க குணமாகும். தேவைப்பட்டால் 3-நாள் இடைவெளி விட்டு மேலும் 3-நாட்கள் தரவும். குணமாகிவிடும். இந்நோய்க்கு மேலும் பலமுறைகளை அறிய, இந்நூலாசிரியர் எழுதியுள்ள ''சித்தர் கைகண்ட மருந்து'' என்ற நூலில் பெண்கள் பகுதியைப் பார்க்கவும்.

பத்தியம்:- நோய் குணமாகும் வரை காரம் நீக்கவும்.

82. பெரும்பாட்டுக்கு (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- பெரும்பாடு-இரத்த மூலம் இவைகள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்கு

1. கொம்பரக்குத் தூள் 50 கிராம்

செய்முறை:- கொம்பரக்கை சுத்தி செய்து, கல்வத்தி விட்டுப் பொடித்து பட்டுப்போல் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மதியம்-மாலை 1-கிராம் அளவு பசுவின் பாலுடன் கொடுத்துக் கொண்டுவர மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும் இது ஓர் அவசர நிவாரணி.

பத்தியம்:- பச்சை மிளகாய், இஞ்சி இவைகள் கூடாது.

83. பெரும்பாட்டுக்கு (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- உதிரம் கொட்டும் பெரும்பாடு தீரும்.

தேவையான சரக்கு

1. காசுக்கட்டி 100 கிராம்

செய்முறை:- காசுக்கட்டியை கலுவத்திலிட்டு பொடித்து பட்டுப் போல் அரைத்து காற்றுப் புகாத புட்டியில் அடைத்து மூடிவைக்கவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை 2-3-கிராம் அளவு பசுவின் பாலுடன் கொடுக்க பெரும்பாடு குணமாகும். காசுக் கட்டியை இளநீர் விட்டரைத்து பட்டாணி அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டும் உபயோகிக்கலாம்.

பத்தியம்:- காரம் அறவே கூடாது.

84. பெரும்பாட்டுக்கு (வேறு முறை)

தீரும் நோய்கள்:- உதிரப்போக்கு (பெரும்பாடு) குணமாகும். பல் ஈறுகளில் தேய்க்க பல் கெட்டிப்படும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. காசுக்கட்டி 100 கிராம்
2. உத்தாமணியிலைச்சாறு தேவையான அளவு

செய்முறை:- காசுக்கட்டியை கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து உத்தாமணி இலைச்சாறு விட்டு அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து, அகலில் அடக்கி மேலகல் மூடி, சீலை மண் செய்து உலர்த்தி, 15-வறட்டியில் புடம் போட்டு எடுக்கவும். ஆறிய பின் மறுநாள் எடுத்து, கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மதியம்-மாலை 3 - வேளையாக சுண்டை பிரமாணம் பாலுடன் கொடுக்க உதிரப் போக்கு குணமாகும் ஈறுகளில் தேய்க்க பல் கெட்டிப்படும்.

பத்தியம்:- காரம் அறவே கூடாது. உஷ்ணத்வத உண்டாக்கும் பதார்த்த வகைகளும் கூடாது.

85. உப்பு பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- சூதக வாயுவும், குன்மமும் குணமாகும். பசியை உண்டாக்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. வெடியுப்பு	50	கிராம்
2. இந்துப்பு	50	,,
3. செந்தியுப்பு	50	,,
4. வளையலுப்பு	50	,,
5. பூ நீர்	50	,,
6. வெங்காரம்	100	,,

செய்முறை:- வெண்காரத்தை கலுவத்திலிட்டு மை போல் அரைத்துக் கொள்ளவும். இதை இரண்டு பங்கு களாக்கி, ஒரு பங்கை (சரக்குகள் கொள்ளக்கூடிய) ஒரு மண் குடுவையின் உள்புறம் இட்டு, கையால் தேய்த்து தடவி விட்டால் குடுவையில் ஒட்டிக் கொள்ளும். மற்ற 1-லிருந்து 5-வரையுள்ள சரக்குகளை தனித்தனியாகப் பொடித்து நன்றாக அரைத்து குடுவையிலிட்டு, மீதமுள்ள மற்றொரு பாதி பாகமுள்ள வெண்காரத்தூளை, மேலே போட்டு அழுத்தி விடவும். குடுவையின் வாய்க்குப் பொருத்தமான அகல் வைத்து மூடி, 7-சீலைமண் செய்து உலர்த்தி 20-25 வறட்டியில் புடமிடவும். ஆறியபின் மறுநாள் எடுத்து மை போல் அரைத்து சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- ½-1-கிராம் அளவு வெந்நீருடன் கொடுக்க மேற்சொன்ன நோய்கள் தீரும்.

86. வெள்ளை வெட்டைக்கு சூரணம்

தீரும் நோய்கள்:- பெண்களுக்கு வெட்டைச் சூட்டினால் ஏற்படும் வெள்ளைபடுதலும், ஆண்களுக்கு மூத்திரத்துடன் வெளிப்படும் வெள்ளை விழுதலும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. சந்தனத்தூள்	100	கிராம்
2. அகில் கட்டை	100	,,
3. இலவங்கப்பட்டை	100	,,

4. ஏலம்	100	கிராம்
5. கிராம்பு	100	,,
6. சோம்பு	100	,,
7. அதிமதுரம்	100	,,
8. கார்போக அரிசி	100	,,
9. வெட்பாலை யரிசி	100	,,
10. தேத்தான் கொட்டை	100	,,
11. சிற்றாமுட்டி	100	,,
12. அருகம் வேர்	100	,,
13. கற்கண்டுத்தூள்	1200	,,

செய்முறை:- 2-லிருந்து 12-வரையுள்ள சரக்குகளை தனித்தனியாக அததற்கு ஏற்றபடி சுத்தம் செய்து கொள்ளவும். 1-லிருந்து 12-வரையுள்ள சரக்குகளை யெல்லாம் ஒன்றாகக் கூட்டி, மிஷினில் அரைத்துக் கொள்ளவும். மொத்த சூரணத்திற்கு சம எடை கற்கண்டு தூள் சேர்த்து கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை 1-முதல் 2-கிராம் அளவு வெண்ணையில் அல்லது நெய்யில் கலந்து சாப்பிட வேண்டும். மேற்கண்ட பிணிகள் குணமாகும்.

ஆதாரம்:- அகத்தியர் பரிபூரணம் 400-என்ற நூலிலிருந்து.

87. துருசு பற்பம்

தீரும் நோய்கள்:- பெண்களுக்கு வெட்டைச் சூட்டினால் ஏற்படும் வெள்ளை படுதல் குணமாகும். பல ஆண்டு காலமாக இருந்தாலும், இம்மருந்தினால் குணப்படும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. ஆப்பச்சோடா	100	கிராம்
2. வேலிப்பருத்திச் சாறு	தேவையான அளவு	
3. துருசு	50	கிராம்

செய்முறை:- ஆப்பச்சோடாவை கல்வத்திலிட்டு, செல்லத்தக்க அளவு வேலிப்பருத்திச் சாறு விட்டு அரைத்து, கட்டியாய் எடுத்து உருண்டையாக உருட்டி, ஒரு துணியில் முடிந்து கட்டி, அடுப்பு விறகு எரிந்த பின் நிற்கும் கும்பிச் சாம்பலின் (இடையில்) தணலில் சொருகி வைக்கவும். மறுநாள் எடுத்துப் பார்த்தால் தணலில் கட்டி இருக்கும். அதையெடுத்து எடைபோட்டு, அதன் எடையில் பாதி எடை துருசு சேர்த்து, மேற்படி சாறுவிட்டு அரைத்து உருண்டையாகச் செய்து, சுண்ணாம்பு சிலைகள் இரண்டு செய்து, அதன் மேல் மண்சிலைகள் மூன்று செய்து உலர்த்தி 25-வறட்டியில் புடம் போடவும். ஆறியபின் மறுநாள் அதையெடுத்து கல்வத்திலிட்டு தூள்செய்து முன் போலவே மறுபடியும் வேலிப்பருத்திச்சாறு விட்டு அரைத்து, முன் செய்தது போலவே சிலைகள் செய்து 25-வறட்டியில் புடம் போடவும். ஆறியபின் மறுநாள் எடுத்து சிலையைப் பிரித்து எடுக்க பற்பமாகி யிருக்கும். கல்வத்திலிட்டு அரைத்து காற்றுப் புகாதபடி புட்டியில் பதனம் செய்யவும்.

உபயோகம்:- காலை 6-மணிக்கு வெறும் வயிற்றிலும், மாலை 6-மணிக்கும், பட்டாணி அளவு பற்பத்தை வெண்ணையில் கொடுக்க மேற்சொன்ன பிணிகள் குணமாகும்.

பத்தியம்:- மோர்சாதந்தான் சாப்பிட வேண்டும். வேறு ஆகாரம் கூடாது. உப்பு வறுத்துச் சேர்க்கவும்.

இம்முறை:- டாக்டர். K.R. லட்சுமணன் அவர்கள் கையாண்டு வந்தது. இம்முறையை எனக்குச் சொல்லி, நானும் கையாண்டு குணம் கண்டேன்.

குழந்தை இல்லாதவர்களுக்கு

88. கர்ப்பம் தரிக்க வேப்பம்பூ இளகல்

தீரும் நோய்கள்:- குழந்தை இல்லாதவர்களுக்கு மலட்டுத் தன்மை நீங்கி, கர்ப்பந் தரித்து குழந்தை பிறக்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	வேப்பம்பூ	20 கிராம்
2.	குங்குமப்பூ	20 ,,
3.	பனைவெல்லம்	100 ,,

செய்முறை:- வேப்பம் பூவை தும்பு தூசுகள் இல்லாதபடி சுத்தம் செய்து, லேசாக வறுத்து தூள் செய்து கொள்ளவும். குங்குமப் பூவையும் கல்வத்திலிட்டு மைய நன்றாக அரைத்து வேப்பம் பூவையும் கூட்டி அரைத்துக்கொள்ளவும். பிறகு பனை வெல்லத்தையும் சேர்த்து உறவாகும்படி நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். இதை 9-உருண்டைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- மாதவிடாய் ஆன, முதல் நாளிலிருந்து காலை-மதியம்-மாலை 3-வேளைகள் ஒவ்வொரு உருண்டையாக சாப்பிடவும். இவ்வாறு மூன்று நாட்களில் 9-உருண்டைகளும் சாப்பிடவும். பால் அருந்தவும். கர்ப்பந் தரிக்காவிடில் மறுமுறையும் கொடுக்கவும். இவ்வாறு 3-மாதங்கள் வரை கொடுக்கலாம்.

பத்தியம்:- புலால் வகைகள் உண்ணக் கூடாது. அதிக காரமும் கூடாது.

89. பலகறை சுண்ணம்

தீரும் நோய்கள்:- சூதக வாய்வு-சூதக வயிற்றுவலி-மலட்டுத்தன்மை-மகோதரம் - நீராம்பல் - சோகை - வீக்கம் இவைகள் தீரும். கர்ப்பம் தரிக்கும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	பலகறை (சோகி)	10 அல்லது தேவையான அளவு
2.	இலைக்கள்ளி	தேவையான அளவு
3.	எலுமிச்சம்பழச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- பலகறைகளை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அவைகள் முழுகும் அளவிற்கு, எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டு 24-மணிநேரம் ஊறவைத்து எடுத்து, தண்ணீரில் கழுவிக் கொள்ளவும். ஒரு சிறுதேங்காயளவு, இலைக்கள்ளியை அரைத்து எடுத்து, அதன் நடுவில் பலகறைகளை பொதித்து வைத்து உருட்டி, மண்சீலைகள் 5-செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். 30-வறட்டியில் புடம் போடவும். ஆறியபின் மறுநாள் சீலையைப் பிரித்து எடுக்க சுண்ணமாகி இருக்கும். இதை கல்வத்திலிட்டு பட்டுப்போல் அரைத்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- குன்றியளவு அல்லது புளியங் கொட்டையளவு வரை, பாலுடன் கொடுக்கவும். அயக்காந்த செந்தூரத்துடன் கலந்து சாப்பிட நல்ல பலனைத்தரும். குறிப்பு: மாதவிடாய் ஆன மறுநாளிலிருந்து தினம் 2-வேளை 3-நாட்கள் கொடுக்க கர்ப்பந் தரிக்கும். கர்ப்பந் தரிக்காவிடில் மறு மாதமும் மாதவிடாய் ஆனபிறகு சாப்பிடலாம்.

90. மலட்டுக் கெந்தகத் தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- மலட்டுத்தன்மை நீங்கி கர்ப்பந் தரிக்கும். பெரும்பாட்டுக்கும், சூதக வயிற்று வலிக்கும் கொடுக்கலாம்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	நெல்லி கெந்தம்	10 கிராம்
2.	பூண்டு	ஒன்று
3.	நல்லெண்ணெய்	½ லிட்டர்

செய்முறை:- கெந்தகம் முறைப்படி சுத்தி செய்தது. பூண்டின் பற்களை தோல் உரித்துக் கொள்ளவும். பூண்டையும் கெந்தகத்தையும் கல்வத்திலிட்டு மைபோல் அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு இரும்பு வாணலியின் உள்பக்கம் பூசவும். நல்லெண்ணையை அதில் விட்டு அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக

எரித்துக் காய்ச்சவும். சிவந்த நிறம் வரும்போது இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- மாதவிடாய் வருவதற்கு 2-நாட்கள் முன்னதாக ஆரம்பித்து 10-நாட்கள் சாப்பிடவும். கோழி முட்டையை உடைத்து ஊற்றி வேகவைக்கவும். அரை வேக்காடாக இருக்கும் சமயத்தில் (மஞ்சள் கருவில்) மேற்படி தைலத்தில் 10-சொட்டுகள் விடவும். இதை முட்டை இறுகிக் கொண்டதும் எடுத்து உள்ளுக்கு சாப்பிடவும். அல்லது மேற்படி தைலத்தை 10-முதல் 20-துளிகள் கற்கண்டு தூளில் விட்டு சாப்பிடக் கொடுக்கலாம். மேற்சொன்ன மற்ற நோய்களுக்கும் மேற்படியே தரவும்.

பத்தியம்:- மாமிச மச்ச வகைகளை விலக்கவும். காரம் சேர்க்கக்கூடாது. பால், மோர், தயிர், நெய் இவைகளைச் சேர்க்கவும்.

குழந்தைகளின் நோய்களுக்கு

91. வயிற்றுக் கிருமிகளுக்கு மூசாம்பர மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- குழந்தைகளுக்கு வயிற்றில் ஏற்படும் கிருமிகளை வெளிப்படுத்தி குணப்படுத்தும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	மூசாம்பரம்	30 கிராம்
2.	வெங்காயம்	ஒன்று

செய்முறை:- வெங்காயத்தை அடி, நுனி இவைகளை அரிந்து நீக்கி விட்டு தோலுரித்து, கல்வத்திலிட்டு மயனமாக அரைத்துக் கொள்ளவும். இத்துடன் மூசாம்பரத்தையும் பொடித்துச் சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். அவசியம் இருப்பின் சிறிது நீர் சேர்த்தும் அரைத்துக் கொள்ளலாம். நன்றாக அரைத்தபின் பட்டாணி அளவாகவும், உளுந்து அளவாகவும் மாத்திரைகளாக உருட்டி உலர்த்தி புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- வயது அறிந்து பெரிய மாத்திரையை பெரிய குழந்தைகளுக்கும், சிறிய மாத்திரையை குழந்தைகளுக்கும் உபயோகிக்கவும். வாரம் ஒருமுறை காலை-மாலை வெந்நீருடன் கொடுக்கவும்.

92. அன்னுமாந்தம், இழுப்பு இவைகளுக்கு

தீரும் நோய்கள்:- குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் இழுப்பு, அன்னு மாந்தம் போன்ற கப சம்பந்தமான நோய்கள் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சங்கு பாஷாணம் (சுத்தி)	2 கிராம்
2.	எண்ணை வெங்காரம்	10 ,,

செய்முறை:- வெங்காரத்தைத் தூள் செய்து கொள்ளவும். பாதி அளவை (5-கிராம்) ஒரு சட்டியிலிட்டு அதன் நடுவில் சங்கு பாஷாணத்தை வைத்து, அதன்மீது மீதமுள்ள பாதி (5-கிராம்) வெங்காரத்தூளைப் போட்டு லேசாக அழுத்தி விட்டு, அடுப்பேற்றி சிறுதீயாக எரிக்கவும். நன்றாகப் பொரிந்தபின் எடுத்து கலுவத்திலிட்டு பட்டுப் போல் அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- ½-முதல் 1-அரிசி எடை காலை-மாலை தேன்-பனைவெல்லம்-பால் இவைகள் ஏதாவது ஒன்றில் கொடுத்துக் கொண்டுவர மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும். தாய்ப்பால் கொடுக்கும் தாய்மார்கள், மோர் உபயோகிக்கக் கூடாது. பச்சைத் தண்ணீர் குடிக்கக் கூடாது. சீதளமான பொருள்கள் சேர்க்கக் கூடாது.

93. சகல மாந்த குளிகை

தீரும் நோய்கள்:- குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் சகலவிதமான மாந்த வகைகளும் குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	பூ நாகம்	30 கிராம்
2.	ஓமம்	15 ,,

3.	லவங்கம்	15 கிராம்
4.	லவங்கப்பட்டை	15 ,,
5.	ஜாதிக்காய்	15 ,,
6.	கோரோசனம்	15 ,,
7.	இஞ்சிச்சாறு	தேவையான அளவு
8.	கம்மாறு வெற்றிலைச்சாறு	,,
9.	நொச்சி யிலைச் சாறு	,,

செய்முறை:- பூநாகத்தை முறைப்படி சுத்தி செய்து உலர்த்தி தூள் செய்து கொள்ளவும். ஜாதிக்காயை மேல்தோல் சீவி யெடுத்துவிட்டு பொடித்துக் கொள்ளவும். லவங்கத்தின் மேற் குமிழை நீக்கி வறுத்து பொடித்துக் கொள்ளவும். லவங்கப் பட்டையையும் லேசாக வறுத்து பொடித்துக் கொள்ளவும். ஓமத்தையும் அவ்வாறே வறுத்து பொடித்துக் கொள்ளவும். ஒவ்வொன்றையும் தனித் தனியாகப் பொடித்து ஒன்றாகக் கலந்துகொள்ளவும். கோரோஜனை கிடைக்காவிடில் சித்தரத்தை 30-கிராம் பொடித்துச் சேர்த்துக் கொள்ளவும். கலுவத்திலிட்டு இஞ்சிச் சாற்றில் 3-மணி நேரமும், கம்மாறு வெற்றிலைச் சாற்றில் 3-மணி நேரமும், நொச்சி யிலைச் சாற்றில் 3-மணி நேரமும் அரைக்கவும். பிறகு மிளகு அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- நொச்சி யிலைச்சாற்றில் அல்லது தாய்ப் பாலில் அல்லது தேனில் இழைத்துக் கொடுக்கவும். சிசுக்களுக்கும் கொடுக்கலாம். மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகி ஆரோக்கியம் உண்டாகும்.

94. குழந்தைகள் காதில் சீழ் வடிதலுக்கு தைலம்

தீரும் நோய்கள்:- குழந்தைகளுக்கு காதில் சதா சீழ் வடிதலைக் குணப்படுத்தும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கடல் சோழி	10 (எண்ணிக்கையில்)
2.	வேப்பெண்ணை	300 மி. லி.

செய்முறை:- சோழியை நெருப்பில் சுட்டு பொடித்துக் கொள்ளவும். இதை வேப்பெண்ணையில் போட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- சீழ்வரும் காதுகளை பஞ்சினால் துடைத்துவிட்டு, 4-5 சொட்டுகள் விட்டு பஞ்சு அடைக்கவும். காதில் சீழ் வடிதல் குணமாகும். தொடர்ந்து செய்யவும்.

95. கருஞ் செவ்வாப்பு எண்ணை

தீரும் நோய்கள்:- குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் கருஞ் செவ்வாப்பு குணமாகும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	கழுதைச் சாணிப்பால்	200 மில்லி
2.	அவுரி இலை	2 கைப்பிடி யளவு
3.	வசம்புத்தூள்	10 கிராம்
4.	பூண்டுப்பல் (தோல் நீக்கியது)	10 ,,
5.	மிளகுத்தூள்	10 ,,
6.	சித்றாமணக்கு எண்ணை	கால் லிட்டர்

செய்முறை:- கழுதைச் சாணியில் வெந்நீர் விட்டுப் பிசைந்து வடிகட்டிய சாணிப்பாலை விட்டு, அவுரியிலையை இடித்துப் பிழிந்து சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். மற்ற சரக்குகளை மேற்படி அவுரியிலைச் சாற்றினால் அரைத்துக் கொண்டு எல்லாவற்றையும் சித்றாமணக்கு எண்ணையில் போட்டு கலக்கிக் கொள்ளவும். பாத்திரத்தை அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரித்து, நீர் சுண்டிய பக்குவத்தில் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் பதனப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை, வேளைக்கு ¼-அரை-தேக்கரண்டி அளவு, காய்ச்சிய கொஞ்சம் பசுவின் பாலில் விட்டுக் கொடுத்துக் கொண்டு வரவும். மேற்சொன்ன நோய் குணமாகும்.

பத்தியம்:- குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கும் தாய், சுட்ட புளி, வறுத்த உப்பு சேர்க்கவும். கடுகு நல்லெண்ணை கூடாது.

அயச் சம்பந்தமான செந்தூர முறைகள்

96. உயர்ந்த ரக அயச் செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- இரத்த புஷ்டி உண்டாகும். நரம்புகள் வலுவடையும். அனுபான விஷேசத்தினால் பல வியாதிகள் குணமாகும். ஆரோக்கியம் ஏற்பட்டு ஆயுள் பெருகும். கைகண்டது.

தேவையான சரக்குகள்

1.	ரசம் (சுத்தி)	100 கிராம்
2.	கெந்தகம் (சுத்தி)	200 ,,
3.	அயம் (சுத்தி)	400 ,,

செய்முறை:- ரசம்-கெந்தி-அயம் இவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். முதலில் ரசத்தையும் கெந்தகத்தையும் உறவாகும்படி நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். பிறகு அயத்தையும் சேர்த்து அரைக்கவும். கற்சுண்ணாம்பு தெளிவு நீர் அரை லிட்டரில், 20-கிராம் நவசாரம் பொடி செய்து கலந்து வைக்க ஜெயநீராகும். மேற்படி சரக்குகளை இந்த ஜெயநீர்விட்டு மெழுகு திரள அரைத்து, ஒரு ரூபாயளவு வில்லைகளாகத் தட்டி அலர வெய்யிலில் உலர்த்தி எடுக்கவும். சமதரையில் ஒரு அடி உயரத்திற்கு வறட்டிகளை வட்டவடிவமாக அடுக்கி, அதன்மீது மேற்படி வில்லைகளை ஒன்றை ஒன்று ஒட்டியில்லாதபடி பரப்பி வைக்கவும். இதன் மீது மேலும் வறட்டிகளை ஒரு அடி உயரத்திற்கு அடுக்கி வைத்து, மேலே வைக்கோல் மூடி சுற்றிலும் நெருப்பு

வைக்கவும். ஆறவிட்டு 2-3-நாட்கள் பொறுத்து வறட்டிகளை ஜாக்கிரதையாகப் பிரித்து எடுக்க, எடை குறையாமல் அயம் செந்தூரித்து இருக்கும். கல்வத்திலிட்டு 3-மணி நேரம் பட்டுப்போல் அரைத்து பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- கரிசாலை லேகியம்-சிலாசத்து பற்பம்-திரிகடுகு போன்ற அனுபானங்களில் கொடுக்க, பல வியாதிகள் போகும். மேற்சொன்ன குணங்களும் உண்டாகும்.

குறிப்பு:- ரசம்-கெந்தகம்-அயம் இவைகளை, கருவேலம் பிஞ்சுகளை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றினால் அரைத்து, மேற்சொன்ன முறைப்படி புடமிட்டு எடுத்து உபயோகிப்பினும் சிறந்த பலனைத் தரும்.

97. அயவீரச் செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- வலிகுன்மம்-பாண்டு-சோகை-விஷப் பாண்டு - மகோதரம் - கண்டமாலை - கிரந்தி-கன்னப்புற்று வெடிசூலை-திமிர்வாதம்-நரம்புச் சிலந்தி-பவுத்திரம்-அண்டவாதம்- உதிரசூலை-முகவாத ஜன்னி-யோனி சூலை-தண்டு பிளவை-பக்கசூலை-பக்கவாதம்- வாதஜன்னி-நடுக்குவாதம்-அரி கிரந்தி-சொறிகிரந்தி-எட்டுவகை நாக்கு சிலந்தி-முடக்கு இவைகள் போம்.

தேவையான சரக்குகள்

1. வீரம்	30	கிராம்
2. ரசம்	30	,,
3. சாரம்	30	,,
4. வெடியுப்பு	30	,,
5. அயம்	30	,,

செய்முறை:- மேற்கண்ட சரக்குகளை சுத்தி செய்ய வேண்டியவைகளை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியாகத் தூள் செய்து ஒன்றாகக் கலந்து கல்வத்திலிட்டு அரைக்கவும். தேவைப்பட்டால்

கற்சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீர் விட்டு அரைக்கலாம். 12-மணி நேரம் அரைக்கவும். இதை ஒரே வில்லையாகத் தட்டி உலர்த்திக் கொள்ளவும். ஒரு மண் சட்டியில் ஒரு படி சுண்ணாம்பு நீரைக் கொட்டி அழுத்தி, நடுவில் வில்லை கொள்ளத்தக்க அளவு பள்ளம் செய்து, அதில் மேற்படி வில்லையை வைத்து மேலும் 1-படி சுண்ணாம்பு நீரைக் கொட்டி அழுத்தி விட்டு, இச்சட்டியை வாய்க்குப் பொருத்தமான வேறு ஒரு சட்டியை மூடி சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, ஒரே ஜாதி விறகால் 3-மணி நேரம் எரிக்கவும்.

நன்றாக ஆறிய பின் மறுநாள் எடுத்து சீலையைப் பிரித்து, சுண்ணாம்புத்தூளின் நடுவில் இருக்கும் வில்லையை யெடுத்துப் பொடித்து, ஒரு மண் ஓட்டில் வைத்து சில துளிகள் நல்லெண்ணை தெளித்து புகை அடங்க வறுக்கவும். மறுபடியும் கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- குன்றியளவு காலை - மாலை தேனில் கொடுத்துக் கொண்டுவர, மேற் குறிப்பிட்டுள்ள நோய்கள் குணமாகும். வைத்தியர்கள் நோய் நிலைமைக்கு ஏற்றவாறு பத்தியம் வைக்கவும். புளி-கடுகு-நல்லெண்ணை-புலால் வகைகள் கூடாது.

98. திரு மூர்த்தி செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- இரத்த விருத்தியை உண்டாக்கும். நரம்புகளுக்கு ஊட்டம் கொடுக்கும். உடல் வலிமை பெறும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. அயத்தூள்	12	கிராம்
2. நய வெள்ளித் தூள்	3	,,
3. தங்கம் தூள்	1½	,,

செய்முறை:- மூன்று சரக்குகளையும் முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். தங்கத்தூளுக்குப் பதில் சுருள் தங்கம்

சேர்க்கலாம். ஒரு லிட்டர் சற்சுண்ணாம்பு தெளிவு நீரில், 50-கிராம் நவாச்சாரத் தூளைப் போட்டுக் கலக்கி வைக்க ஜெயநீராகும். மேற்சொன்ன மூன்று சரக்குகளையும் கலுவத்திலிட்டு, இந்த ஜெயநீர் விட்டு வெண்ணைபோல் அரைத்து வில்லை தட்டி அலர வெய்யிலில் காய வைக்கவும். காய்ந்த பின் பொடித்து ஒரு மண் ஓட்டிலிட்டு வறுக்க சிவந்து செந்தூரமாகும். மறுபடியும் கலுவத்திலிட்டு மைபோல் அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- வாத சரீரம்-பித்தசரீரம்-கபசரீரம் ஆகிய உடற் கூறுக்குத் தகுந்தவாறு, தேன், வெண்ணை, நெய், லேகியம் இவைகளில், காலை - மாலை அரிசியெடை கொடுத்துக் கொண்டுவர, மேற்சொன்ன குணங்கள் உண்டாகும்.

சகல வித நோய்களுக்கும்

99. படிக பூநாக செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- வெள்ளை-வெட்டை-இரத்தகாசம்-பெரும்பாடு - நீர்க்கட்டு - உள்காய்ச்சல் - உஷ்ணவாயு - மதுமேகம்-வெகு மூத்திரம்-நாள்பட்ட தந்திமேகம்-நெஞ்செரிவு இவைகள் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. பூநாகம் (உலர்த்தியது) 100 கிராம்
2. படிகாரம் (பொரித்தது) 100 ,,

செய்முறை:- பூநாகத்தை மோரில் போட்டு 1 மணி நேரத்திற்குப் பிறகு எடுத்து உலர்த்த வேண்டும். இதை துளசிச்சாறு விட்டு அரைத்து உலர்த்தி பொடித்துக் கொள்ள இதிலுள்ள துர்நாற்றம் நீங்கும். படிகாரத்தைப் பொரித்துக் கொள்ளவும். இவ்விரண்டையும் சம அளவு சேர்த்துக் கலுவத்திலிட்டு பட்டுப்போல அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை அரை அல்லது 1-கிராம் வீதம் நெய் அல்லது வெண்ணையில் கொடுக்கவும். 10-நாட்கள் கொடுக்கவும். தேவைப்படின் இடைவெளி விட்டு மறுபடியும் கொடுக்கவும். நோய் தீரும் வரை சாப்பிட வேண்டும்.

100. பஞ்ச கல்ப செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- புற்று நோய்கள், வாதம்-80, பித்தம்-40, சிலேத்துமம்-96, ஜன்னி-13, இவைகளினால் ஏற்பட்ட ஜுரம்-64, விஷக்கடிகள், மேக வெட்டை, பத்துகள், சூலை, தொண்டை கம்மல், சூதகப் பாண்டு, பெண்களுக்கு ஏற்படும் கெர்ப்பப்பை நோய்கள், க்ஷயம், காசம், பீனிசம், பிரமேகம், சிசு தோஷ ஜன்னி இவைகள் குணமாகும். கொடிய நோய்கள் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. அரிதாரம் (சுத்தி) 6 கிராம்
2. வீரம் (சுத்தி) 5 ,,
3. வெள்ளை பாஷாணம் (சுத்தி) 4 ,,
4. கெளரி (சுத்தி) 3 ,,
5. லிங்கம் (சுத்தி) 2 ,,

செய்முறை:- மேற்கண்ட ஐந்து சரக்குகளையும் தனித் தனியாக கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இதை ஒரு மண் சட்டியிலிட்டு அடுப்பேற்றி சிறுதீயாக எரிக்கவும். இம்மருந்து உருகும் சமயத்தில் கல்லுப்பு குரு 5-கிராம் கொடுத்து நன்றாய் எரித்து எடுக்கவும். குழி அம்மியில் (கலுவத்தில்) வைத்து அரைத்து சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- காலை-மாலை அரிசியெடை வீதம், சர்க்கரை, பசுவின் பால், வெள்ளாட்டுப்பால், கழுதைப் பால் இவைகள் ஏதாவது ஒன்றில் கொடுக்கவும். பனை வெல்லத்திற்குள் வைத்தும் கொடுக்கலாம். கேப்ஸுலிலும்

போட்டுக் கொடுக்கலாம். 6-வேளை மருந்து கொடுத்து மருந்தை நிறுத்திக் கொள்ளவும். வியாதி குணத்தைக் கண்டு இடைவெளிவிட்டு மறுபடியும் தரலாம்.

பத்தியம்:- அரிசி கஞ்சியில் பசுவின் பால் விட்டு சாப்பிடவும். சீனியும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். வைத்தியர்கள் நோய் நிதானம், உடல் பலம் இவைகளை அறிந்து பத்தியம் வைக்கவும்.

கல்லுப்பு குரு செய்முறை:- சோற்றுப்பை தேவையான அளவு எடுத்து, கோழிமுட்டையின் வெண்கருவிட்டு அரைத்து வில்லைதட்டி உலர்த்தி, அகலில் இட்டு மேலகல் மூடி சீலை மண் செய்து உலர்த்தி, 15 வறட்டியில் புடம் போட்டு எடுத்து, அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். மேற் சொன்ன மருந்திற்கு இந்த கல்லுப்பு குரு மருந்தை உபயோகிக்கவும். இதை முதலில் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

தேக புஷ்டி, இரத்த விருத்தி இவைகளுக்கு

101. தேக புஷ்டிகளுக்குரிய சரக்குகள்

1.	பாதம் பருப்பு	15.	பேதானா விதை
2.	அக்ரோட் பருப்பு	16.	சப்ஜா விதை
3.	பிஸ்தாப் பருப்பு	17.	நிலப்பனங் கிழங்கு
4.	சாரப் பருப்பு	18.	பூமிசர்க்கரைக் கிழங்கு
5.	முந்திரிப் பருப்பு	19.	அமுக்குரான் கிழங்கு
6.	நெல்லிப் பருப்பு	20.	ஜாதிக்காய்
7.	வெள்ளரிப் பருப்பு	21.	ஜாதிபத்திரி
8.	அத்தி வித்து	22.	லவங்கம்
9.	பூனைக்காலி வித்து	23.	லவங்கப்பட்டை
10.	முருங்கை வித்து	24.	ஏலம்
11.	முள்ளங்கி விதை	25.	அதிமதுரம்
12.	பருத்திவிதைப்பருப்பு	26.	அக்கரகாரம்
13.	பூசனி வித்து	27.	கோஷ்டம்
14.	நத்தைச்சூரி வித்து	28.	சந்தனத்தூள்

29.	சீந்தில் சர்க்கரை	43.	இரத்தின புருஷ்
30.	தனியா	44.	சாலாப் மிஸ்ரி
31.	பச்சை கற்பூரம்	45.	ரூமி மஸ்தகி
32.	குங்குமப் பூ	46.	கசகசா
33.	ரோஜா மொக்கு	47.	கஜ்ஜூர் காய்
34.	சுக்கு	48.	நீர் முள்ளி விதை
35.	மிளகு	49.	பரங்கிப்பட்டை
36.	திப்பிலி	50.	சீனி
37.	வாய்விளங்கம்	51.	கற்கண்டு
38.	இலவம் பிசின்	52.	பனங் கற்கண்டு
39.	விளாம் பிசின்	53.	தேங்காய்ப் பால்
40.	வேலம் பிசின்	54.	பசுவின் பால்
41.	முருங்கைப் பிசின்	55.	நெய்
42.	ஆலம் பிசின்	56.	தேன்

உபயோகம்:- சமயோசிதம் போல, அனுபவத்திற்கேற்றபடியும், வசதிக்கேற்றபடியும், சரக்குகளை குறைத்தோ, கூட்டியோ லேகியமாகவும், சூரணமாகவும் செய்து கொள்ளலாம். விந்து விளைவை அதிகப்படுத்தியும், நரம்புகளுக்கு ஊட்டங் கொடுத்தும், பலத்தையும் ஆண்மையையும் உண்டாக்கும்.

102. ஆயவலை செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- இரத்தக் குறைவினால் வெளுத்துள்ள சரீரம், இம்மருந்தினால் இரத்த விருத்தியாகி, உடல் நல்ல நிறம் அடையும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	அயத்தூள்	70	கிராம்
2.	சூதம்	10	,,
3.	வீரம்	10	,,
4.	பூரம்	10	,,
5.	லிங்கம்	10	,,
6.	சாரம்	10	,,
7.	வெடியுப்பு	10	,,
8.	சோற்றுப்பு	10	,,

செய்முறை:- மேற்கண்ட சரக்குகளை சுத்தி செய்ய வேண்டியவற்றை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். இவைகளைக் கல்வத்திலிட்டு, சுண்ணாம்பு தெளிநீர் விட்டு 30-மணி நேரம் மைய அரைக்கவும். தினம் 5-6-மணி நேரம் வீதம் அரைத்து 5-6-நாட்களில் அரைப்பை பூர்த்தி செய்யலாம். இதை அடைபோல் ஒரே வில்லையாகத் தட்டி உலர்த்திக் கொள்ளவும். இப் பில்லையை ஒரு மண் சட்டியின் நடுவில் வைத்து, இச்சட்டியின் வாய்க்குப் பொருத்தமான வேறோர் சட்டியைக் கொண்டு மூடி, சீலைமண் ஏழுசெய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். இச்சட்டியை அடுப்பேற்றி, 4-மணி நேரம் தீபாக்கினியாகவும், 4-மணி நேரம் கமலாக்கினியாகவும், 4-மணி நேரம் சடராக்கினியாகவும் (காலை 6-மணியிலிருந்து மாலை 6-மணிவரை) எரிக்கவும்.

24-மணி நேரம் நன்றாக ஆறிய பிறகு எடுத்து சீலையைப் பிரித்து எடுத்து, கல்வத்திலிட்டு பட்டுப்போல் அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- திப்பிலி-மோடி-சிராம்பு இம்மூன்றையும் தனித் தனியாக வறுத்தெடுத்து, சூரணம் செய்து கொண்டு ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த அனுபானத்துடன் குன்றி அளவு செந்தூரத்தை வைத்து, தேன் விட்டுக் குழைத்துக் காலை–மாலை சாப்பிட்டுக் கொண்டுவர, 10-நாட்களுக்குள் இரத்தக் குறைவினால் வெளுத்திருந்த தேகம், இரத்த விருத்தியாகி பலத்துடன் ஆரோக்கியம் அடையும்.

மற்ற மருந்து வகைகள்

103. பாஷாணங்கள் கட்ட அண்ட மெழுகு

தேவையான சரக்குகள்

1.	அன்றைக்கு இட்ட புதிய கோழி முட்டை 3	
2.	சினாகாரம் (தூள்)	30 கிராம்
3.	எலுமிச்சம் பழச்சாறு	தேவையான அளவு

செய்முறை:- ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் முழுமுட்டையாக (உடைக்காமல்) 3-முட்டைகளை வைத்து, சீனாகாரத்தைப் பொடித்து அதில் போடவும். முட்டைகள் முழுகும் அளவிற்கு, எலுமிச்சம் பழச்சாறு (வடிகட்டியது) விட்டு, இரவு முழுவதும் 12-மணி நேரம் வைத்து, காலையில் வெய்யிலில் வைக்கவும். இப்படி 3-நாட்கள் வெய்யிலில் வைக்கவும். நான்காம் நாள் அதை கிண்டி கலக்கிவிடவும், ஓட்டுடன் மெழுகாகியிருக்கும்.

உபயோகம்:- வெள்ளை பாஷாணம், வீரம் பூரம், தாளகம், லிங்கம் போன்ற பாஷாணங்களை எந்த சரக்குக்கும் தக்கபடி, இந்த மெழுகை சுற்றிலும் ஒரே சீராக இருக்கும்படி கவசம் செய்து, இரண்டுதரம் நெய் விளக்கிலும், மறுபடியும் இரண்டு தரம் கவசம் செய்ததை சூடன் தீயிலும் வாட்டவும். மேற்சொன்ன பாஷாணங்களும், மற்ற பாஷாண வகைகளும் கட்டும்.

104. நாக சுண்ணம் (குருபற்பம்)

தீரும் நோய்கள்:- நோய்களைத் தீர்க்கும் மருந்து வகைகளில், இதைக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு கொடுக்க, நோய்கள் துரிதமாக குணமாகும். மூல நோய்களையும் குணப்படுத்தும். பசியையும் தூண்டும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	சிறுகண் நாகம்	100 கிராம்
2.	கீழாநெல்லி சமூலச்சாறு	½ லிட்டர் அல்லது (தேவையான அளவு)
3.	துளசி யிலைச்சாறு	½ லிட்டர் அல்லது (தேவையான அளவு)

செய்முறை:- சிறுகண் நாகத்தை கீழ்க்கண்ட முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். பிறகு இதை ஒரு இரும்பு வாணலியிலிட்டு அடுப்பேற்றி எரித்துக் கொண்டுவர உருகும். ஊதி ஏழு வர்ணமும் போன பிறகு, கீழாநெல்லிச்

சாறும், துளசிச்சாறும் சம அளவு கலந்து வைத்துக்கொண்டு, தேக்கரண்டியளவு (சிறுகச்சிறுக) ஊற்றி இரும்புக் கரண்டியால் தேய்த்துக் கொண்டே வரவும். நல்ல ஆகாசக்கலர் வரும் வரை, மேற்படி சாற்றை கொடுத்துக் கொண்டே வரவும். இதை ஜலித்து எடுத்து கல்வத்திலிட்டு அரைத்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகம்:- எல்லா வகையான, பற்ப செந்தூரங்கள், லேகியங்கள், தைலங்கள் போன்றவற்றில் இதில் ஒரு அரிசி யெடை போட்டுக் கலந்து வைக்க மருந்தின் வேகம் (வீரியம்) அதிகமாகும். கருணைக்கிழங்கு லேகியத்தில் அரிசியளவு காலை-மாலை சாப்பிட மூலநோய்கள் குணமாகும். மேலும் மேற்சொன்ன நோய்களும் குணமாகும்.

நாக சுத்தி:- நாகத்தை உருக்கி வேப்பெண்ணையில் 15-முறைகள் சாய்க்கவும். ஒவ்வொரு தடவையும் உருக்கி சாய்க்கும்போது (முன்னதை ஊற்றிவிட்டு) புது எண்ணையில் சாய்க்க வேண்டும்.

105. படிகார பற்பம் எளிய முறை

தீரும் நோய்கள்:- நீர்கருக்கு - நீரடைப்பு - இரத்த மூத்திரம் - பெரும்பாடு இவைகள் குணமாகும். உஷ்ண சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. படிகாரம் 100 கிராம்
2. சிகப்பு கொடிப் பசலை இலைச்சாறு தேவையான அளவு

செய்முறை:- படிகாரத்தைப் பொடித்து பசலைச்சாறு விட்டு அரைத்து, வில்லை தட்டிக் காயவைத்து, அகலிலிட்டு மேலகல் மூடி சீலைமண் செய்து உலர்த்தி, 15-20 வறட்டியில் புடமிடவும். குடுவையில் வைத்தும் புடமிடலாம். படிகாரத்திலுள்ள புளிப்பு நீங்கிவிடும்.

உபயோகம்:- $\frac{1}{4}$-$\frac{1}{2}$-கிராம் வீதம் வெண்ணையில் காலை-மாலை கொடுத்துக் கொண்டுவர மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும். தண்ணீருடனும் தரலாம். காரம் விலக்கவும்.

106. பூர மாத்திரை

தீரும் நோய்கள்:- இளம்பிள்ளை வாதம்-பக்கவாதம் போன்ற அனைத்து வாத நோய்களும் தீரும்.

தேவையான சரக்குகள்

1. பூரம் (சுத்தி) 30 கிராம்
2. மிளகு 30-எண்ணிக்கையில்
3. கிராம்பு 21 ,,

செய்முறை:- பூரத்தை முறைப்படி சுத்தி செய்து கொள்ளவும். கிராம்பை தலைப்பிலுள்ள குமிழை நீக்கி லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். மிளகையும் லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். மூன்று சரக்குகளையும் தனித்தனியாகப் பொடித்து ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். இவைகளை கல்வத்திலிட்டு நன்றாக உறவாகும்படி அரைத்துக்கொண்டு பசுவின் பாலைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விட்டு 12-மணி நேரம் அரைக்கவும். மிளகளவும், உளுந்தளவுமாக மாத்திரைகளாக உருட்டி. நிழலில் நன்றாக உலர்த்திக் கொள்ளவும். நன்றாக உலர்த்தவில்லையானால் மாத்திரைகள் மீது பூஞ்சாணம் பிடிக்கும். புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்:- காலையில் மாத்திரம் ஒருவேளை, 1-மாத்திரை வீதம் பசுவின் பாலுடன் சாப்பிட வேண்டும். வெள்ளாட்டுப் பாலுடன் சாப்பிட்டால் வெகு விசேஷம். மாத்திரை சாப்பிட்டு 1-மணிநேரம் சென்று ஒரு ஆழாக்குப் பசுவின் பால் (கண்டிப்பாக) சாப்பிட வேண்டும்.

பத்தியம்:- புளி-கடுகு- நல்லெண்ணை- புலால் வகைகள் வாய்வு பதார்த்தங்கள்-பாவக்காய் போன்ற கசப்பு வகைகள் அறவே கூடாது.

உணவு:- அரிசிப் பிட்டு - இடியாப்பம் - நெய்யில் செய்த பூரி-சேமியா பாயாசம்-கோதுமை (கடை) ரொட்டி-பசுவின் பால்-நெய் இவைகள் மட்டுமே ஆகும். (இது விருகம்பாக்கம் ஜி.ஜி. செயராம வைத்தியரின் அனுபவ முறை).

107. பவள அன்னபேதி செந்தூரம்

தீரும் நோய்கள்:- கல்லீரல், மண்ணீரல் வலிமை அடையும். இரத்தக் கொதிப்பு (பிளட் பிரஷ்ஷர்) நீங்கும். இரத்தத்தில் உள்ள கொழுப்பைக் கரைக்கும். இரத்த விருத்தியை உண்டாக்கி உடலை வலிமை யடையச் செய்யும்.

தேவையான சரக்குகள்

1.	அன்னபேதி	200 கிராம்
2.	கொடி பவளம்	200 ,,
3.	குப்பைமேனிச் சாறு	அவசியமான அளவு
4.	பொடுதலைச் சாறு	,,
5.	மருதாணிச் சாறு	,,
6.	செம்பரத்தம் பூச்சாறு	,,
7.	நித்திய கல்யாணி பூச்சாறு	,,
8.	நெல்லிக்காய்ச் சாறு	,,
9.	பச்சைமஞ்சள் சாறு	,,

செய்முறை:- முதலில் அன்னபேதியையும் கொடிப் பவளத்தையும் ஒரு குடுவையில் போட்டு அது மூழ்கும்படி பசுவின் மூத்திரம் விட்டு, மூத்திரம் சுண்டும் வரை எரித்து, குடுவையின் வாய்க்குப் பொருத்தமான அகல் மூடி சீலை மண் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். 40-50 வறட்டியில் புடமிட்டு எடுத்து மேற்சொன்ன சாறுகளில், ஒவ்வொன்றிலும் தனித்தனியாக அரைத்து, தனித்தனியாக ஒவ்வொரு புடமாக போட்டு முடித்து அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

உபயோகம்:- குன்றி அளவு செந்தூரம் தேனில் காலை-மாலை கொடுத்துக் கொண்டுவர, மேற்சொன்ன பிணிகள் நீங்கி உடல் ஆரோக்கியம் உண்டாகும். (இம்முறை:- விருகம்பாக்கம் ஜி. ஜி. செயராம வைத்தியரின் அனுபவ முறை)

முற்றும்

அமுத கலசம்

BOWL OF NECTAR

ஆசிரியர் :

வி. பலராமய்யா

([illegible] ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர்
அருட்பெருஞ்சோதி பதிப்பகம்
சென்னை-600 029.



கருணாகர சுவாமிகள்

முகவுரை

இந்நூலை எழுதியவர் அட்டையின் மேல் ஆசிரியர் என்று குறிப்பிட்டுள்ள பலராமய்யா அல்ல முப்பது வருடங்களுக்கு முன் எனக்கு அகரத்தை உபதேசம் செய்த மஹான் கருணாகர சுவாமியின் மொழிகளே இந்நூலாய் வெளிவந்துள்ளது. இவ்வித நூல் ஒன்று என் பெயரால் வெளியிட வேண்டுமென்று 20 வருடங்களுக்கு முன்பிருந்தே சுவாமிகள் சொல்லி வந்தார்.

அவர் தன்னுடைய ஆயுட்காலமெல்லாம் கற்பத்தின் ஆராய்ச்சியிலேயே ஈடுபட்டிருந்தார். ரசவாதம் பல வருடங்களுக்கு முன்னமேயே சித்தியாகியிருந்தும் அதே ரசவாதமருந்து கற்பத்துக்கு ஆகுமென்று நூல்களிலிருந்தும் தனக்கு ஏதோ சந்தேகம் உள்ளூர இருந்து வந்தமையால், கற்பம் சாப்பிட தயங்கினார். இவர் ரசத்தை எளிதில் தங்கமாக்குவதை பல தடவைகளில் கண்டுள்ளேன்.

சித்த நூல்களில் சொல்லப்பட்ட ஜங்கோல மெழுகு, மறைப்புமை முதலியன செய்து முடித்தவராயினும், தன் பூர்வவினை தன்னைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளும் அதாவது காயசித்தி செய்து கொள்ளும் காரியத்தில் ஈடுபட முடியாமற் போய் விட்டதென மிக வருத்தத்துடன் தெரிவித்து வந்தார்.

அவருடைய முடிவு மிகவும் ஆச்சரியமானது. சாதாரண மக்களுக்கு அவர் உயிர் நீத்தவர் போல் காணப்பட்டிருப்பினும், அவர் இறந்தவரல்ல தன் உயிரை தன் உடலில் எப்பாகத்திலோ அடக்கி இருக்க வேண்டுமென்றே தோன்றுகிறது. ஏனெனில் அவருடைய உடல் 36 மணி நேரம் வைத்திருக்கப்பட்டது. ஆனால் அவர் உடலில் நீர் ஏற்றமோ நாற்றமோ காணப்படவில்லை, கை விரல்கள் மடக்கினால் சொடக்கும், கால்கள் நீட்டவும் மடக்கவும் வந்தது.

இந்நூலின் வாயிலாக அவருடைய நிலைமையை வாசகர்கள் உணரலாம் ஆயினும் அவர் நம் மத்தியில் இல்லை. அவருடைய கருத்துக்கள் சாலச் சிறந்தவை. இந்நூலைப் படிப்பவர்கள் உட்பொருளை அறிய முடியாவிடினும், நூலை வெகு சாக்கிரதையாக வைத்திருப்பது நலம்.

ஏனெனில் நம் மக்களில் யாராயினும் ஒருவர் சித்தவேதம், சித்தமருத்துவம், ரசவாதம், கற்பம் முதலியவற்றில் சிறிதளவாவது ஆராய்ச்சியில் ஈடுபடக் கூடுமானால் இந்நூல் அவர்களை எளிதில் வெற்றிக்கு அழைத்துச் செல்லும்.

சித்தர்கள் நூல்களை ஆராய்ச்சி செய்து ஓரளவுக்கு அவர்கள் தத்துவத்தைப் புரிந்து கொண்டவர்களுக்கு இந்நூல் மிக பயன்படும். அதன்றி இதை முதலில் படிப்பவர்களுக்கு ஒன்றும் விளங்காது ஏமாற்றமடைவர்.

உபசாரவார்த்தைக்காக என்னை ஆசிரியர் என்று அழைத்துக்கொண்டு சில வார்த்தைகளைச் சொல்ல விரும்புகிறேன். ஆசிரியர் வெளியிட்டுள்ள "சித்தர் மெய்ப் பொருள்" "முப்பூ குரு" என்னும் இரு நூல்களையும் இந்நூலுடன் வாசகர்கள் படித்தால் சித்தர்கள் தத்துவம் அறியக் கூடும். ஆயினும் எல்லா நூல்களிலும் பூட்டைத்திறக்கும் சாவி ஒளித்து வைத்தது போல் தான் தோன்றும். அவ்வித கருத்து நிலவுவதற்குக் காரணம் ஆராய்ச்சி பற்றுக்குறையும் பெரியோர்களின் தொடர்பும் இல்லாமையே. மற்றும் சாவி தக்க மாணாக்கனுக்கு உபதேச க்ரமத்தில் தெரிவிக்கக் கூடியதென்று சித்தர்கள் சொல்லியிருப்பதை அறிய வேண்டும். மேற்படி இரண்டு நூல்களிலும் சாகாக்கலையைப் பற்றியும் உண்மை முக்தி நிலையின் விளக்கத்தையும் அறியலாம். அகர, உகரம் (எட்டுரெண்டு) மகரங்களைப் பற்றி இதுவரையில் இந்நூலைப் போல் எந்த நூலும் வசன நடையில் தமிழ் மொழியில் வெளிவந்ததில்லை. சாகாக்கலையில் நம்பிக்கையுள்ளவர்களுக்கு இந்நூல் பேரளவுக்கு வழி காட்டும்.

பிறந்தவன் இறந்து தானாக வேண்டும்; ஆறிலும் சாவு நூறிலும் சாவு; என்னும் மொழிகளெல்லாம் அறிவீனர்கள் பேசும் மொழிகளாகும் என்பதை இந்நூல் உணர்த்தும்.

வேதங்களெல்லாம் சாகாக் கலையைப் பற்றியே உணர்த்துகிறது. ருக் வேதத்தில் சோமபானம் என்ற அமிர்தத்தைப் பற்றி சொல்லியுள்ளது. இதை உட்கொள்வோருக்கு மரணம் இடையாதென்று வலியுறுத்தப் பட்டுள்ளது. ஆனால் பண்டிதர்கள் இதைப் பற்றி விளக்கம் சொல்ல வகையற்று இதேதோ தேவர்கள் உலகத்தில் கிடைப்பதாக பொருள் சொல்லி விட்டு விடுவர்.

இந்த சோமபானம் ஓர் செடியிலிருந்து எடுக்கப் படுவதாகவும், ருக் வேதத்தில் இதைப் பற்றி குறிப்பிட்டுள்ள அங்கங்களைப் போல் ஓர் செடியை வட நாட்டில் மருத்துவ பண்டிதர்கள் கண்டு ஆராய்ச்சியில் ஈடுபட்டுள்ளார்களென்று சில மாதங்களுக்கு முன் செய்தித்தாள்களில் வெளியானதை வாசகர்கள் படித்திருக்கலாம்.

சில நாட்களுக்கு முன் இரண்டு நபர்கள் என்னிடம் வந்து தங்கள் குரு சர்க்கரை (மதுமேகம்) நோயால் மிகவும் அவஸ்தையுறுகிறாரென்றும், கால்களில் தாங்க முடியாத வலியென்றும், இன்சுலின் ஊசிகள் (Insulin injections) போட்டும் பயனில்லையென்றும், அவருக்கு நல்ல மருந்து கொடுக்க வேண்டுமென்றும் சொன்னார்கள். மருந்து ஏதோ கொடுக்கப்பட்டது. இதற்கு பத்தியம் உண்டா என்று கேட்டுக் கொண்டே, தங்கள் குரு தேவி பூஜை செய்கிறவரென்றும், பிரதி தினமும் சாஸ்திர முறைப்படி சோமபானம் வைத்து யாகம் செய்து அதை சாப்பிடுவரென்றும், அந்த சோமபானத்தை இம் மருந்தைச் சாப்பிடும் போது சாப்பிடலாமாவென்றும் கேட்டனர். இது என்னை பெரும் பிரமையில் ஆழ்த்தி விட்டது. சோமபானமென்பது என்ன என்று கேட்டேன். பிராந்தி கடையில் விற்கும் விஸ்கி என்றனர். இதைச் சொன்னவர்கள் ஆசாரபுருடர்களைப் போல் காட்சியளித்தனர். மருந்திற்கு அந்த மதுபானம் முறிப்பில்லாவிடினும் அதைச் சாப்பிடுவது அவர் நோய்க்கு பொருத்தமற்றதென்றேன். ஒரு நாளும் பூஜையை தவிர்க்க முடியாதென்றும், சோமபானம் பூஜையில் தவிர்க்க முடியாத ஒரு பொருளென்றும் சொன்னார்கள். அந்த நிலைமையில் என்னுடைய கருத்துக்களை நான் அவர்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லி அவர்கள் மனமாற்றத்தை உண்டு செய்ய முடியுமாவென்பதை வாசகர்களே அறிந்து கொள்ளலாம். "தாங்கள் சௌகரியம்" என்ற வார்த்தை மாத்திரம் சொல்லி நிறுத்திக் கொண்டேன்.

சோமபானம் அதாவது உடலை அமிலமாக்கும் ஓர் பொருள் மனிதர்களிடையே உண்டென்றும், அது தேவர்களுக்கும் கிட்டாததென்றும் சித்தர்கள் நூல்கள் வலியுறுத்துகின்றன. இதையே ஏசுநாதர் வாட்டர் ஆப் லைப் (water of life) என்றும் அதை அருந்துபவன் மரணமற்ற நிலையை அடைகிறானென்றும் சொல்கிறார். ஆனால் கிருஸ்துவர்கள் முன் சொன்ன குருவைப்போல் கடையில் விற்கும் மதுபானங்களை அருந்துகிறார்கள். மேற்கண்ட

ஆங்கில மொழிகள் அவர் சொன்ன நீர் என்னவென்பது விளக்கும். "If you only knew what a wonderful gift God has for you, and who I am, you would ask me for some Living water"

But the water I give them. He said, "becomes a perpetual spring within them, watering them for ever with eternal life"

ஆயினும் குழாய் தண்ணீரை எடுத்துக் கொண்டு தெய்வீக தண்ணீரென்று (Holy water) அதைக் கொண்டு ஞானஸ்நானம் செய்வித்தால் தெய்வீகத் தன்மையை அடைகிறுரென்று கிருஸ்தவர்களும் கங்காஜலத்தை தலையில் தெளித்து ஒரு தேக்கரண்டியளவு உள்ளுக்கு சாப்பிடின் பாபங்கள் எல்லாம் நசித்து, தெய்வீகத் தன்மையைப் பெறுகிறுரென்று ஹிந்துக்களும் நம்புகின்றனர். இதெல்லாம் வெறும் உபசார வார்த்தைகளே யென்பது இந்நூலையும் முப்பூ குரு, சித்தர் மெய்ப் பொருள் என்னும் நூல்களையும் படிப்போர்களுக்கு விளங்கும்.

உண்மை முத்தி நிலையடைய சித்தர்கள், மஹரிஷிகள் முதலிய அறிஞர்கள் தேகத்தை பிணமாக கீழே விடாமல் அதை அமிலமாக்கி கற்பூர நிபத்தைப் போல் வான் வெளியில் கலப்பது தான் என்று சொல்கின்றனர்.

தேகங்களில் ஐவகை உண்டென்பர். அவையாவன: இருள் தேகம், மருள் தேகம், சுத்த தேகம், பிரணவ தேகம், ஞானதேகம்.

இருள் தேகமுடைய நாம் ஞானதேகமுடைய உடலை தீட்சை செய்தல்வேண்டும். சித்தர்கள் அதை தசதீட்சை யென்று சொல்லலாயினர். இந்த தசதீட்சை பெற்றவனே ஞானி; ஜீவன்முக்தன், ஞானசித்தன். இவன் உடலைப் பிணமாகவிடுபவனல்லன். ஞான தேகத்திற்கு தூலம் கிடையாது — அது ஜோதி மயமானது.

''சீர்மருவு சச்சி தானந்தமாகித்
திகழ்ந்தழியாப் பூரணமாய்
நிரஞ்சனத் தொண் பொருளாய்
ஜோதி மயமாய்,— என்பதைக் காண்க.

இறந்து பட்டவனே கைலாய பதவியடைந்தார்; சிவ பதமடைந்தார், வைகுண்டபதவி அடைந்தார் என்று உலகமக்கள் சொல்வதெல்லாம் உபசார வார்த்தைகளே யாகும்.

''ஒடுங்கிய காலம் சத்தியவாதிக்கு ஒடுங்குமிவ்
வுடல் தன் மாத்திரையில்
ஒடுங்கிடுங்காலம் அசத்தியவாதிக் கொடுங்கு
மிவ்வுடல் அசத்தியமாய்
ஒடுங்கிடுங்கால முடலிங்கே வீழ்ந்தால்
ஒடுங்கின தில்லையெ ன்றுணர்வாய்''

என்பதை நோக்கற்பாலது.

ஆகவே இறந்துபட்டவன் மறுஉடல் எடுத்தாக வேண்டும். பிறப்பைத் தவிர்க்க இறப்பைத் தவிர்க்க வேண்டுமென்பதே மெய்ம்மொழியாம்.

ஆனால் வேதங்களின் அந்தத்தை அறியாமையால் பண்டிதர்கள் விவேகமற்ற மக்களுக்குக் கூறும் விளக்கங்கள் நீர்க்குமிழ்கள் போல் முடிவு பெறுகின்றன.

உபநிடதங்கள் முப்பத்திரண்டென்றும் அவற்றுள் சுத்த சாதகமான உண்மை முத்தி நிலையைக் கூறும் உபநிடதம் உத்தரபாக உபநிடதமாகுமென்று அறிஞர்கள் சொல்வர். ஆனால் இந்த உபநிடதத்தைச் சொல்லி விளக்குவார் இலர். இதனால் உண்மைப் பொருளெதுவென்பதை மக்கள் அறிய வாய்ப்பில்லாமலேயே இருந்து வருகிறது. பண்டிதர்கள் மேடைமேல் சொல்லும் புராணங்கள், வேதங்கள், உபநிடங்களெல்லாம் கேவலம் கதா காலட்சேபமாகவே முடிகிறது. பரிசுத்தமான அசிபதத்துக்குள்ள பொருளும் இலக்ஷணையும் உபாசனா மார்க்கத்தையுடைய வைதீகர்களுக்கு விளங்கமாட்டாது.

அதைப்போன்று சிவாகமங்கள் இருபத்தெட்டென்றும் அவைகளுள் வாதுளாகமம் சுத்த மார்க்கத்தைச் சொல்வதாம். சிவாகமங்களுக்குப் பொருள் சொல்லும் உலக பண்டிதர்கள் விளங்கத்தக்க யுக்தியோடு சொல்லத் தகுதியற்றவர்களாயிருப்பதால் உண்மைப் பொருள் மக்களுக்கு விளங்காமலேயே இருந்து வருகிறது என்று சுத்த சாதகமெனும் நூல் உணர்த்துகிறது.

கிரியா மார்க்கம், உபாசனா மார்க்கமே முத்தி முடிவென்று திரும்பத் திரும்பப் பண்டிதர்கள் சொல்வது சம்பூரண முத்தி மார்க்கங்களல்லவென்பதாம். சைவ சித்தாந்திகள் என்று மக்களால் சொல்லப்படுபவர்களும் இதற்கு விலக்கானவர்களல்லவென்று நாம் சொல்வோமாகில் அது தவருகாது

''தத்துவமசி'' என்னும் மகா வாக்கியத்தில், ''துவம்'' என்பது காரியகாரணங்கள் நீங்கி சுத்தமாயிருத்தல்.

பிரமத்துக்கு சாட்சியாய அருள் தாளுக விளங்கி இருத்தல் "தத்" என்றும்; சிவமாக விளங்குவதே "அசி" என்றும் சொல்லப்படுகிறது.

கடையில் சொல்லப்பட்ட "அசி" என்பதில் இருபதங்கள் உள்ளன. அ+சி, இதுவே அகரம் சிகரம் என்பதாம்.

இந்த அகரத்தில் உகரம் அடங்கியுள்ளது. ஆகவே அகரம், உகரம், சிகரம் என்னும் பதங்களுக்கு உண்மைப் பொருள் ஒருவன் அறிந்தாலொழிய உண்மை முக்தியின் நிலை விளங்காது.

"சிவம்" என்ற பதத்திற்கு உண்மைப் பொருள் "ஜோதி"யாம் சிவபதம் அடைந்தான் என்பதற்குப் பொருள் "ஜோதியாய்" சிவத்தின் வடிவமாகலாம். உலகு கண்டிடவே ஜோதி சொருபமாய் இவ்வுடல் கரைந்து போகும்.

"மேலொரு சிஃந்தைச்சீவன் சென்றடையும்
மேவுமிவ் வுடலிங் குந்தானே
மேலொரு சிவத்தின் வடிவதாமருளாய்
வெளியதா முலகு கண்டிடவே" (சுத்த சாதகம்)

என்பதைக் காண்க.

இதையே தாயுமானவர்

"வெளியா யருளில் விரவு மன்பர்தேக
மொளியாய்ப் பிறங்கியது முண்டோபராபரமே"

என்றும்

"சித்த நிருவிகற்பஞ் சேர்ந்தார் உடல்தீபம் வைத்த கற்பூரம் போல் வயங்கும் பராபரமே"—என்றும் சொல்கிறார்.

வட இந்தியாவில் 10 மாதங்களுக்கு முன்பு ஓர் சாது அடைந்த சிவபதம் எல்லா செய்தித்தாள்களிலும் வெளியானதை நேயர்கள் பார்த்திருக்கலாம். உத்திரபிரதேசத்தில் ஒரு நகரத்திற்கடுத்தாற்போல் பஞ்சாபிலிருந்து வந்த சாது சிறிய குடிசை ஒன்றில் வாழ்ந்து வந்தார்.

ஒரு நாள் 12 வயதுடைய பள்ளி மாணவன் அக்குடிசை வழியே சென்று கொண்டிருந்தான். திடீரென சாது எரிகின்றார் எனக் கூக்குரலிட்டான். மக்கள் பலர் திரள் திரளாக ஓடினர்.

சாது ஓர் கம்பிளியின் மேல் உட்கார்ந்திருந்தார். அவர் உடலெல்லாம் நெருப்பு எரிவதுபோல் தோற்றமளித்தது. ஆயினும் மக்கள் அது நெருப்பல்லவென்பதை உணர்ந்தனர். அவர்கள் பார்த்துக்கொண்டிருக்கும்போதே 2மணி

நேரத்துக்குள் அவர் உடல் மறைந்தது. மிஞ்சிருக்கும் கம்பளி
ஒன்றுதான் நின்றது. அதுவும் ஒரு மணிக்குள் மறைந்தது.
இச்சம்பவம் இந்த நூற்றுண்டிலும் பாமரமக்கள்
கண்ட காட்சி. பத்தொன்பதாம் நூற்றுண்டில் ராமலிங்க
வள்ளலார் அடைந்த முக்தி நிலையும் அதுவே.

ஆகவே இந்த நிலைகளெல்லாம், சநாதன வைதீக நண்பர்களுக்கு விளங்க மாட்டாது. சித்தர்கள் மரபில் வந்தவர்களுக்கே உண்மை நிலை விளங்குமென்க. இந்த நிலை சாத்திரங்கள் மூலமோ, அல்லது கேள்வியின் மூலமோ பிராணுயாமம் மூலமாகவோ அடைதல் முடியாது. இப்பூத உடலை கற்பசாதனை செய்து நீட்சை பெற்றாலொழிய சித்த வேதங்களில் சொல்லப்பட்ட தேகமாறுதல்கள் பெற முடியாது.

இவ்வித மாறுதல்கள், அதாவது கற்பசாதனை செய்து அமுதத் தாயத்தை சித்தி செய்வதற்கு புறத்திலுள்ள இனுல்தான் முடியுமென்பதாம். இந்த அமுதம் உடலிலுள்ள அழுக்கை நீக்கி சுத்த தேகம் செய்யவல்லது. இது நம் பிரம்மரந்தரத்திலுள்ள அமுதத்தை சுரக்கச் செய்கிறது.

பஞ்ச பூதங்களாலாக்கப்பட்ட இவ்வுடலில் சத்துருக்களாயுள்ள நீரும் நெருப்பும் ஒன்றுகூடி அமைந்து கொண்டால் மரணம் என்பது இடையாது.

இந்த அமுதம் எட்டு இரண்டு என்று சொல்லப்பட்ட அகர உகர சேர்க்கையிலானது என்பர். சித்தர்கள் அகர, உகர, மகரமானது யாவும் சிகரமாகிய சடத்துள் அடங்கியுள்ளது என்கின்றனர். இந்த ரகசியம் உணரப்பெற்றால் சிவமெனும் பொருள் தெளிவாகும்.

பூஜை என்பது இந்த அகர உகரங்களை உடலில் சேர்ப்பதாம். மலர், கற்பூரம், தேங்காய் முதலிய பொருள்களைக் கொண்டு, மந்திரங்களை செபித்து கற்பூர தீப நிலைமையை அடைய முடியுமா? முடியாதாம். அவ்வித பூசை பிறப்பில்லா இறப்பை தவிர்க்க சக்தியற்றது.

"விரும்பி மனங்கொண்டு சிவபூசை கேளு
வேதாந்த சின்மயத்தை மெய்யிற் கொண்டால்
வரும் பிறவி தனையகற்றும் சிவமே தென்றால்
வகையுடனே சொல்லுகிறேன் அகரமாச்சு"

—அகத்தியர்

என்பதை நோக்கற்பாலது.

இந்த அகர, உகரங்களின் அந்தரார்த்தங்களைப்பற்றி இந்நூலில் சுருக்கமாக எழு[illegible] பெற்றுள்ளது.

வி. பலராமய்யா,
ஆசிரியர்
போன்: 422521

ஜட்ஜ் பங்களா
அரும்பாக்கம்
சென்னை-29

பொருளடக்கம்

இயற்கை

விஞ்ஞானிகள் மரணத்தைத் தவிர்க்கும் முறையைக் கண்டுபிடிக்கும் ஆராய்ச்சியில் இருக்கின்றனர் என்பதற்குப் பல ஆதாரங்கள் இருக்கின்றன. மேனாட்டில் வயோதிகர் ஒருவர் நாளுக்குநாள் வாலிபமடைந்து வருவதாகவும், காரணத்தைக் கேட்டதற்கு அவர் தன் பாட்டி ஏதோ ஓர் சிறிய முறையை தமக்கு போதித்ததாகவும் அதன்படி தான் கையாண்டு வருவதால் தன் வயோதிகம் மாறி வாலிபம் பெற்று வருவதாகவும் செய்தித்தாள்களில் சில வருடங்களுக்கு முன் குறிப்பிட்டிருந்ததைக் கண்டோம். அன்றியும் சில மூலிகைகளிலிருந்து வாழ்வைப் பெருக்கும் சிறந்த அமிர்தம் (Elixir) தயாரிக்கப்படுவதாகவும், அதற்காக மேநாட்டார் தீவிரமாக முயல்வதாகவும் கண்டோம். மேலும் திபெத்து நாட்டினர்களான (Lama) லாமா என்பவர் சரீரத்தை நீண்டகாலம் வைத்திருப்பதற்கு ஓர் வித அமிர்தத்தை சாப்பிட்டு இருநூறு ஆண்டுகளுக்குக் குறையாமல் வாழ்வதாகவும் அறிகிறோம். இத்தகைய உன்னத முறைகளானது மறைமுகமாய் கூறி வைக்கப்பட்டிருப்பதனால் பெரும்பாலும் மக்கள் அதன் அந்தரார்த்தத்தை அறியக்கூடவில்லை. எனவே அவர்கள் பல்வேறு முறைகளைக் கையாண்டு வருகிறார்கள். இவற்றால் நோயற்ற வாழ்க்கையைப் பெறலாமே தவிர மரணத்தை நீக்கமுடியாது.

மூப்படைந்த காலத்தில் நம் அவயவங்கள் தேய்ந்து ஓய்ந்து விடுவதாலும், நம்முடைய சக்தி பெரும்பாலும் குறைந்து விடுவதாலும், நாம் உட்கொள்ளும் பிராண வாயு குறைந்த அளவாகவே இருக்கிறது. இதனால் பல

பிணிகளுக்கு நாம் இலக்காகி விடுகிறோம். முடிவில் ஜீவன் விலகவே மரணமடைகிறோம். இதையொட்டியே மேல்நாட்டு மருத்துவநூல் ஆசிரியர்கள், முதியோரைக் காலையிலும், மாலையிலும் நல்ல காற்றோட்டமுள்ள கடற்புறங்களிலும் ஆற்றோரங்களிலும், பசுமை மிகும் வயற்புறங்களிலும், தென்றல் வீசும் மேட்டு இல்லங்களிலும் வாசஞ்செய்யவும், உலவி வரும்படியும் சொல்லுகிறார்கள். இவற்றால் சில காலத்திற்கு நோயற்று வயது வளரலாமே தவிர வாழ்வு சதமாகிவிடாது. நிலையான உண்மைப் பொருளையுணர்ந்து வாழ்வை சதமாக்குவதே உடம்பைப் பெற்றதனாலாய பயனாகும்.

உண்மை உணரவேண்டின் இயற்கையை நன்கு ஆராய்ந்தறிய வேண்டும். ஆராய்ச்சியாளருக்கு இயற்கையை உணரும் வரைதான் வயது கணக்கிடமுடியும். இயற்கையை நன்கு உணர்ந்தபின் அவர்கள் வயது முடிவு சொல்லுவதற்கு நம்மாலாகாது என்பது சித்தர்கள் கண்ட உண்மை. இதிலிருந்து என்ன விளங்குகிறது எனில், இயற்கையை உணர்ந்தவர்கள் உலகில் உள்ள வரை உடலைவிட்டு உயிர்பிரியாத முறையில் கட்டுப்படுத்தி உலகத்தவரோடு உலகத்தவராய் வாழ்ந்து கொண்டிருப்பர் என்று விளங்குகிறது. மற்றும் சிலர் வேறொருவர் காணாது உலகிடை உலவிக்கொண்டிருக்கிறார்கள்.

வெளியும் தோற்றமும் கூடியதற்கே உலகம் அல்லது இயற்கை எனப்படும். தோற்றத்திற்கே காரணபூதமாயுள்ளதும், ஆதாரமாயுள்ளதும், வெட்டவெளியேயாகும். மனிதன் எங்கிருந்து எப்படி எதற்காக உலகிடைத் தோன்றினானோ அதற்கான காரியங்களைச் செய்து முடித்ததும் இருவினையறவே இச்சடத்தை நீத்து இருந்த நிலையிலேயே இரண்டற வான்வெளியே வெளியாகக் கலந்துகொள்ளுகிறான். இந்நிலையே இரண்டற்ற நிலை

எனப்படும். இவ்வினைகளுள் யாதேனும் சிறிது பூர்த்தியாகாது எஞ்சி இருப்பின், ஜீவன் உடலைவிட்டு நீங்கிவிட்டாலும் கூட, மறுபடியும் உருவம் தாங்கி உலகிடைத் தோன்றியே தீரவேண்டும். வினையுள்ளவரைதான் ஜீவன் உடலுக்குட்பட்டிருக்கிறது. உடல் உலகில் உள்ளவரை கிரகங்களால் இயக்கப்பட்டவண்ணம் வினையை ஒட்டி இயங்கிக்கொண்டிருக்கிறது. ஆனதால்தான் ஜீவன் தன் பிரியத்திற்கு உலகிடை வினைக்கு மாறாக அணுவும் பிசகிச் செய்ய முடியாது. இத்தகைய இயற்கையுள் நாம் யாவரும் கட்டுண்டவர்களானதால், தன் தன் பிரியத்திற்கு யாதொரு தொழிலைச் செய்யவும் சுதந்திரமற்றவர்களாகி வாழ்ந்து வருகிறோம் என்பதை நன்கு உணரவேண்டும்.

சுருங்கக்கூறில் நம் வாழ்க்கை காராக்கிரகவாசிகளுக்கொக்கும். இதை உணராது வாழ்பவர்கள் நெப்போலியனைப்போன்ற பல வீரர்களும், மிருகபலத்தை நம்பி மனிதன் விருப்பப்படி செய்யமுடியாத காரியம் ஒன்றுமில்லை என்று தீவிர எண்ணத்தோடு ஆயுள்காலமெல்லாம் விதண்டாவாதம்பேசி பேசியதுபோல்வெற்றிமேல் வெற்றியை அடைந்து வந்தனர். இயற்கைக்கு மாறான காரியம் செய்யத் துணிந்தபோது, முன் நடந்து வந்த வெற்றிக்கு மாறாக நடப்பதைக் கண்டு அச்சமும் ஏமாற்றமும் அடைந்தார்கள். வீராதி வீரனாகிய நெப்போலியன் இந்நிலையில் தன்னைப்பார்த்து நம்முடைய சாமர்த்தியமும் பலமும் எங்குபோயிற்று. உலகம் நம்மைப் பார்த்து ஏளனம் செய்யக்கூடிய நிலையை அடைந்துவிட்டோம். இதுவரையில் மனிதனால் ஆகாத காரியம் ஒன்றுமே இல்லை என்று கூறிவந்தது முற்றிலும் தவறு. நான் என்னும் பொருளை உணராது, நான் என்ற அகம் கொண்டு, மாயையுள் சிக்குண்டு, இந்நிலையை அடைந்துவிட்டோம்; நமக்கு யாதொரு வல்லமையும் இல்லை; நம்மையும் அறியாதபடி தனிச்செயல் ஒன்று வினைக்குத் தக்கபடி பொதுவாக இருந்து நம்மை இயக்கிக்கொண்

டிருந்திருக்கிறது என்று நன்குணர்ந்து தன் அந்திய காலத்தில் இறைவனை நினைந்து உயிர் துறந்தார்.

இத்தகைய பல வீரர்களின் சம்பவங்களை நேர்முக மாகவும் சரித்திர வாயிலாகவும் உணர்ந்திருக்கிறோம். இதிலிருந்து இயற்கைக்கு மாறாக எக்காரியங்களையும் சாதிக்க யாவராலும் இயலாது என்று உணருகிறோம். இயற்கையை நன்குணர்ந்தவர்களால் மட்டும் எத் தொழிலையும் விக்னமின்றிச் செய்து முடிக்க முடியும் என் பதை யாவரும் ஒப்புக்கொண்டே தீரவேண்டும். ஜீவன் ஜடத்தைவிட்டு நீங்கும்போது, தன் வினையையொட்டி எதை நினைந்து வெளிக் கிளம்புகிறதோ அதையே இமைப் பொழுதில் அட்டையைப்போல் நீண்டு பற்றிய பிறகு பழைய சடத்தைவிட்டு விடுகிறது என்பது ஆன்றோர் அறிந்த உண்மை. பூர்வவினையை ஒட்டி விருப்பம் யாதோ அதைவிட்டு அறிவு மற்றொன்றை பற்றாது. இந் நிலை குலைய கிரகங்களும் செயல் புரியமாட்டாது. ஏனெனில் சரீரத்தைவிட்டு மறுயோனிபற்றும் இடைப் போதுள்ள சூட்சம சரீரநிலை, அளவற்ற ஆற்றலுடைய தாயிருக்கும். இருந்தும் தன்னுடைய நிலைமையை தான் யாரென்று சிந்திக்கவும் நேரமில்லாது கொண்ட என் ணத்தை இமை கொட்டும் நேரத்துள்ளாக அதையே துரிதமாக வலுவுடன் பற்றிக் கொள்ளும். அறிவு பற்றிய உடனே புதிய சரீரியாகி விடுகிறது. உலகிடைத் தோன்றிய சரீரம் விடுதலையடைவற்கே பல காரியங் களைச் செய்து கொண்டிருக்கிறது.

அக்காரியங்கள் தன்னுடைய காரியமில்லாவிட் டாலும் பிறர் காரியமென்று தெரிந்தே அக்காரியத்தை செய்து முடிக்க தன் காரியமாக பாவனை செய்து முயன்று முடிக்கிறது. அதனால் வரும் பயன் தனக்கும் எதிரிக்கும் நன்மை பயக்கலாம் அல்லது இருவருக்கும் கெடுதியோ ஒருவருக்கு மட்டும் கெடுதியோ பயக்கலாம். ஏனெனில்

நன்மையைக் கருதி செய்யும் சம்பவங்கள் சில கெடுதலை விளைவிக்கின்றன. கெடுதலைச் செய்ய அது அவனுக்கு நன்மையையும் பயக்குகிறது. இத்தகைய நிகழ்ச்சிகள் அனுபவத்தில் பல காண்கின்றோம்.

ஆனதால் நாம் செய்யும் காரியம் யாவும் வினையினால் இயக்கப்பட்ட வண்ணம் செய்து வருகிறோம். நம்முடைய புத்திசாலித்தனமன்று. தைரியசாலியும் புத்திமானுமெ னிட்லர் எண்ணிய காரியங்கள் முடிவில் என்ன நிலையை அடைந்தது. உலகமே அவர் காலத்தில் திகில் அடைந் திருந்தது. அவர் சொல்லிச் சொல்லி செய்கிற காரியங்கள் அதன்படியே வெற்றிமேல் வெற்றியாக இருக்கிறது; முடி வில் உலகத்தையே ஒரு குடைக்கீழ் ஆளுவார் என்று பலர் கூறக் கேட்டிருக்கிறேன். அவருடைய முடிவு என்ன ஆயிற்று யோசித்துப் பாருங்கள்.

வினையுள்ளவரை ஓய்வின்றி இயங்கிக் கொண்டிருப் பவர்கள் ஆவோம். வினையினால் இயக்க முடையவர்களை அரை நிமிஷமாகிலும் சும்மா இருக்க கிரகங்கள் இடம் தராது. மனதை ஏதோ ஒரு வழியில் இழுத்து தொழில் புரியச் செய்து கொண்டிருக்கும். கிரகங்களின் சுபாவமோ ஓய்வின்றி சுழன்று கொண்டிருக்கும் சுபாவமுடையன. கிரகங்களின் ஆதிக்கத்தில் வாழ்ந்து கொண்டு வரும் ஜீவர்களை மட்டும் சும்மா இருக்க எப்படி இடம் தரும். அரசு எவ்வண்ணமோ குடியும் அவ்வண்ணம். இது இயற்கை. இந்நிலையில் வாழும் ஜீவர்கள் எப்படி சுதந்திர மில்லாதவர்களானதால் வினை ஜீவர்களின் செயலுக்குத் தக்கவாறு சுதந்திர வாழ்க்கையில் அறிவுடன் தனித்து வாழவும் இடமளிக்காது. எவ்விதத்திலும் செய்கருமங் களினால் இருவினைத் தொடர்பு ஒழிந்ததும் பிரணவப் பொருள் உணர்த்தப்படுகின்றன என்பது இயற்கையின் சட்டம்.

அப்பொழுதுதான் மனிதனும் பிறந்து அடைய வேண்டிய அழியாப் பெருஞ்செல்வமாகிய உயர்ந்த அறிவையும் தெளிந்த ஞானத்தையும் அறிவினால் விளக்கப்படுகிறான். தன்னை உற்று நோக்குகிறான். தான் இதுகாறும் கிரகச் சுழலில் சிக்குண்டு, தன் இச்சைப்படி ஒரு காரியமும் சாதிக்க முடியாதிருந்து காரக்கிரக வாசம் செய்ததை நினைந்து மறுபடியும் கிரகச் சுழலில் சிக்காதிருக்கவைக்கும் பிரணவத்தை காண்டீபமாக கையிலேந்திய வண்ணம், சுதந்திரபுருடனாய், எதிரியற்றவனாய், ஏக சக்ரவர்த்தியாய் ஏகாக்கிரக வெளியில் வியாபித்திருக்கிறான். பிரணவம் என்னும் பொருள், பிறப்பை அறுக்கும். உடல், பொருள், ஆவி மூன்றையும் ஒன்றை விட்டொன்று அகலாதபடி ஏக உருவாக்கிக் கொள்ளும். பேதை மக்களாகிய உலகத்தவர் உடலிருக்க உயிர் போன மாயமென்ன வென்று ஆச்சரியப் படுவார்கள். இதில் என்ன வியப்பும் ஆச்சரியமும் இருக்கிறது. மரஞ் செடிகளைப் போல் மனிதர்களும் தோன்றி அந்தந்த பூதங்கள் அதனதன் நிலையை அடைகின்றன.

சித்தர்களோ உயிரிருக்க உடல் போன மாயம் தெரியாது மறைத்துக் கொள்வர். இதுவல்லோ ஆச்சரியத்தை விளைவிக்கும் சம்பவமாகும். பாமர மக்களுக்கு இந்த சொரூப சித்தியைக் கூறினால் கதை என்றே நினைப்பார்கள். ரூபமாகிய இச்சட்டம் அரூபமாகும் என்பதை சொரூப சித்தியின் தலைப்பின்கீழ் விளக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இயற்கை என்பது வெளியும், தோற்றமும் கூடியது என்றோம். இவற்றுள் வானே முதலாம் பெரும்பூதம். இதனுள் இயங்கா நிற்பனவாவும் நவக்கிரக ஆதிக்கங்களே. நவக்கிரக ஆதிக்கத்துள் நாம் தோன்றி, கிரகச் சுழலில் சிக்குண்டு, தப்பி மறுபடியும் புத்துயிர் பெற்று எங்கிருந்தோமோ அங்கேயே போய் சேர்ந்து விடுகிறோம். இந்த சம்பவங்கள் ஆதி முதல் அந்தம் வரையில், மனிதன் தோற்றம் முதல் ஒடுக்கம் வரையில் நன்குணர்ந்தவனே இயற்கையை உணர்ந்தவனாகும். இயற்கைக்கு ஆதியாகிய வெளியை ஆராய்வதே முதற் கடனாகும்.

வெளி

வெளியின் நிலையைத் தெளிவுபடக்கூறின் அருளுடையதாயும், ஆதியந்த மற்றதாயும், அரூபியாயும், சாஸ்வதமாயும், சுத்தம், சுயம்பு, சகுணம், சம்பூர்ணமாயும், எல்லாம் செய்யவல்லதாயும், என்றென்றும் உள்ள படியுள்ளதாயும், நிர்மலமாயும், நீக்கமற நிறைந்ததாயும், மெய்யன்பருள்ளத்தை மேவியதாயும், போக்குவரவற்றதாயும், கருங்குல் பகல் அற்றதாயும், எல்லையற்றதாயும் சாக்ஷிமாத்திரமாயும், மௌன முற்றதாயும், தோற்றம் யாவையும் தன்னகத்தே இருத்தி இயக்கிக் கொண்டிருக்கும் சூன்ய மயமே ஞானவெளி. பராபரம் எனப்படும். இப்பரமின்றிப் பாருமில்லை. மற்றயாவுமில்லை. இத்தகைய ஜீவாதார வான் நிலையை முக்கியமென்றறிந்தபின் அவ்வான் வெளியாக முயல்வதே ஆன்றோர் கருத்தும் செயலுமாகும்.

பக்தி பண்ணிக்கொண்டிருந்தால் முத்தி பெறலாமே என்ற கருத்துணர்க, தூயவான் வெளியை அன்பினாலும் பக்தி மார்க்கத்தினாலும் வெகு எளிதில் அடையலாமென்பது சிலர் கருத்து. அன்பிற்கும் பக்திக்கும் ஆதாரமளிப்பது வினை என்பது வேதாந்த முடிவு. வினையால் வினைகள் போக்கப்பட்டால், உண்மை பக்தி பண்ணும் விழி துறை உணர்த்தப்படும். பக்தி பண்ணுதல் என்பது தன்னையறிதலுக்கு வழிகாட்டியாம்.

அன்பும் சிவமும் சொல் அளவில் இரண்டாகக் கருதினும் பொருள் ஒன்றாகவே இருத்தல்போல், தன்னையறிதலும், தனக்கு ஆதாரத்தலைவனையறிதலும் இரண்டும் ஒரே கருமமாகும். நான் அற்ற பொருளே

அகண்ட அளவுக்கடங்கா, எல்லையற்ற பரவெளியாயுள்ளது. அறிவினும் நெருங்கிய பொருள் வேறொன்றுமில்லை அறிவே பரமும், அகமும் அன்புமாகும். அகம் பிரமம் என்றுணர்ந்திருத்தலே இரண்டற்ற நிலை. நான் என்ற அறிவு மட்டும் சர்வசக்தியுடையதாயுள்ளது. தோற்றப் பொருள் யாவற்றிற்கும் யாதொரு செயலுமில்லை. அசைவும், நிலையான இருப்பும் வான்பொருளின் இச்சா மந்திரத்தினால் இயங்குகின்றன. நாம் தோற்றத்துள் தோற்றமாக இருந்து கிரகங்கள் இயங்குவதால் இயங்குகின்றோம். அசைவற்றிக்க வைக்கில் அசையாது இருக்கின்றோம். நவக்கிரகங்கள் நம்முடைய வாழ்க்கை நிலையை அடிமைத்தனத்தோடு மட்டும் வைக்காது காராகிரக வாசிகளாகவும் ஆக்கிவைத்திருக்கின்றது. இவ்வடிமைத்தனம் நீங்கவே பேரானந்தப் பெரும் பேற்றை பெறவே, நாம் பிரணவபீஜத்தைப் பெற வேண்டும். இப்பிரணவமே எம்மை இறைவனாக்கி வைக்கும் ஏகாட்சரம். இப்பிரணவமே, எமக்கும் இறைவனுக்கும் மத்தியிலுள்ள கிரகங்களை, ஜெயிக்க வைக்கும் பிரணவப் பொருளை உணராது, அன்பினாலாகட்டும் அல்லது பக்தியினாலாகட்டும், இறைவனை அடைய அவா கொள்ளும் அன்பர்கள் சரீரத்தை மறந்துந்து உலகம் யாவும் பொய்யென உணர்ந்து, அறிவுளன் அறிவாகித் தனித்து வாழமுடியாது அப்படியே வாழ முயன்றாலும் ஓய்வற்றிருக்க கிரகங்கள் இடம் தராது. உணர்வில் தனித்திருந்தால் இமை கொட்டும் நேரமிருக்கலாம். உடனே மனம் சுவாசத்தையொட்டி சலனமடையும், மல ஜலம் கழியும், பசிதாகம் உண்டாகும், சோம்பல் தூக்கம் ஆயாசம் ஏற்படும். சரீர உபாதை பொறாத குறைக்கு மனதை தனித்திருக்க இடம் தராது. கற்பசாதனை இல்லாமல் எப்படி பக்திசெய்து முத்தியடைய முடியும், முடியாது என்பது திண்ணம்.

"கொல்லன் உலைபோல் கொதிக்குதடி என் வயறு
நில்லென்று சொல்லி நிலைநிறுத்தக் கூடுதில்லை
நில்லென்று சொல்லி நிலைநிறுத்தவல்லார்க்கு
சொல்லவந்த ஏமனவன் குடியோடிப் போகானே."

நாசியில் சுவாசம் நடமாட்டமிருப்பதால், மற்ற உறுப்புகள் யாவும் தொழில் புரியாது இருக்க முடியாது. அதனால் மூலாக்னி தூண்டப்பெற்று ஆகாரமில்லாமல் வயிறு பசிதாங்க முடிவதில்லை அப்பொழுது பசி இல்லாமலிரு என்று சொன்னால், வறண்ட வயிறு கேட்கக் கூடுதில்லை. நாம் கூறுகிறபடி பசியற்று இருக்கவேண்டுமன், கற்பசாதனை இல்லாமல், பசி நீங்கி இருக்க முடியாது. பசியை நிவர்த்திசெய்த மகானிடத்தில், எமனுக்கும் வேலை இல்லை என்று உணருகிறோம். பசிப்பிணி, மூப்புக்குக் காரணமாகிய, கிரக இயக்கங்கள் நம்மையும், சுவாசத்தின் மூலம் இயக்குகின்றன. நாம் நம்மின் இயங்கிக்கொண்டிருக்கும் சுவாசத்தை வசமாக்கிக் கொண்டால், இயங்காது நிலைநிறுத்திக் கொண்டால், நாம் எந்தவிதத்திலும் பக்திசெய்தோ அல்லது சும்மா இருந்தோ கண்டிப்பாய் முக்தியடைந்தே தீருவோம். அப்பொழுது மனத்தில் எழும் எண்ணங்கள் ஒன்றுமே இராது. தவறி ஏதேனும் ஒரு புதிய எண்ணம் எழுந்தால் அது இயற்கையை அனுசரித்த எண்ணமாக இருக்கும். வெளி உலகிற்கு சாதிக்கக் கூடாத காரியமாகவும் இருக்கும். பக்தி செய்பவன் மனம்போல் அந்த காரியத்தை விக்கினமின்றி சாதித்தே தீருவான். பக்தி செய்ய வினை வசமிருப்பின் அவனுக்கு சித்தர்கள் வழிபடும் தெய்வமாகிய பிரணவப்பொருள் அல்லது அண்டத்தை அடைந்தே தீருவான். அண்டத்தை உணர்ந்தானென்றால் அவன் தன்னையும் உணருவான்; தன்னையுணர்வதே தலைவனையுணர்வதாகும். தன்னையுணர்தலே பாக்கியம்,

பேரானந்தம், பேசாதிருத்தல் ஆகும். பேசாதிருக்கும் நிலை நாசியில் சுவாஸம் சலனமற்று இருத்தலாம் இந்நிலையைப்பெற்ற தாயுமானார்,

"யாரிருந்தென் யார்போய் என் ஆரமுதாய் நின்னருள்தன்
சீரிருந்தால் உய்வேன் சிவமே பராபரமே" என்றார்

உலகிடைவாழும் எவராயிருந்தாலும் சரியே, போனாலும் சரியே எனக்கு உன்னுடைய அன்பர்களுக்கென ஆழியுள் அமைத்து வைத்திருக்கும் பிரணவ கலசத்தின் ஆவின்பாலென்னும் ஆராவமுதம் கிடைக்கப்பெற்றால், மனமடங்க, பசியாறி சலனமற்று நித்யானந்த வாழ்க்கை சொந்தமாகி இருப்பேன் என்றார்.

அன்பினால் பிணைக்கப்பட்டு ஆண்டவனையே எண்ணி இருப்பவர் உரம் வாய்ந்த உள்ளத்தினராயும்; உலகப் பற்றற்றவராயும், ஆசையை அறவே யொழித்தவராயும், நான் எனது என்னும் நிலையற்றவராயும் இருப்பர். இது எல்லோருக்கும் சாத்தியமாகாது. கற்ப சாதனையற்றவர் உயிர் நீங்குங்கால் மனம் வாக்கு காயம் ஒன்றுபட்ட முறையில் துக்கத்தை முன்னிட்டு ஒரு பொருளை வினை வசத்தால் சிந்தனைவந்ததும் அதையே பற்றிக் கொள்ளும். பிறவிச் சுழலில் சிக்கிக்கொள்ளும்.

இப்படி பல்லாயிரம் மக்களின் முயற்சியும் காலமும் வீணாக்கப்பட்டதைக் கண்ட சித்தர்கள் ஆண்டவனை யடைய எளியநேரா மார்க்கத்தை வகுத்தனர். முறைப்படி உண்மை வஸ்துவை உணர்ந்து செயலாற்றின், 'இப்பிறப்பிலேயே' உடலை நீத்து உயிர்வாழ முடியும் எனக் கண்டனர். அவரது உண்மை தத்துவங்களுக்கு ஆதாரமாகக் கூறும் அரிய பிரணவப் பொருளையுணர்ந்து கொள்ளாததாலும், அவர் காட்டியவழி நடவாததாலும், நாம் பெரும்பாலும் வழிதவறி விடுகின்றோம். வழியே சென்று வெளியை அடைய வேண்டுமாயின் இயற்கைத் தோற்றங்களாகிய நான்கு பூதங்கள், காற்று, தீ,

நீர், மண் என முறையே ஆகாயத்தினின்று தோன்றி, ஒன்றினுள் ஒன்றும் தொந்தித்திருக்கும் இயல்பையும் நன்குணர வேண்டும். இந்நான்கு பூதங்களும் வெளியின் இச்சா மாத்திரத்தினால் சிருஷ்டிக்கப்பட்டன. இந் நான்கு பூதங்களே நவக்கிரகங்களாகியும் தோற்றமளிக்கின்றன. இந்நான்கு பூதங்கள் ஒன்று சேர்ந்தவிடத்தே ஐந்தாவதாகிய ஆகாயம் எங்கும் வியாபியாயுள்ளதால், இருந்தவிடத்தே இருந்தபடியே தொழில்புரிய உள்ளும் புறமுமா இருந்து இச்சா மாத்திரத்தினால் இயக்குகின்றது. வெளியின்றித் தோற்றமில்லை தொழிலு மில்லை என்பதுபோல் அவனன்றி அணுவும் அசையாது என்று ஆன்றோர் அனுபவம் கூறுவது போற்றத்தக்க மொழியாகும்.

தோற்றம்

வான் வெளியிலின்று தோற்றமளிக்கும் கிரகங்களுள் முக்கியமானவைகள் ஒன்பது என்று வகுத்துள்ளார்கள். அவற்றுள் இரண்டு ராகு, கேதுவாகிய விஷத்தன்மையுடைய சாயாகிரகங்கள் ஆதிசேஷனுடைய தலையும் வாலுமாகக் கருதப்பட்டு விலக்கி விட்டார்கள். மற்றுமுள்ள சூரியன், சந்திரன், செவ்வாய், புதன், குரு, வெள்ளி, சனியாகிய ஏழு சாஸ்வத கிரகங்களை மட்டும் முக்கியமெனக் கருதி வைத்துக் கொண்டார்கள். பூகோள சாஸ்திரப்படி பழமையில் நவக் கிரகங்கள் என்று பெயரிட்டார்கள். ஒவ்வொரு கிரகங்களும் தனித்தனியே சாட்டையற்ற பம்பரம்போல் தன்னைத்தானே சுற்றிக்கொண்டும், சூரியனை அப்பிரதக்ஷணமாகச் சுற்றிக்கொண்டும், வருகின்றன. கிரகங்கள் தங்களுடைய ஆகர்ஷண சக்தியைக் கொண்டு இவை ஒன்றைவிட்டொன்று நழுகவோ அல்லது விலகவோ முடியாதபடி கட்டுப்பட்ட முறையில் தன் நிலை மாருது ஓய்வின்றி சுழண்டு கொண்டிருக்கின்றன. இவ்விதம் சுற்றி வருவதனால் இரவு பகல் பருவ காலங்கள் மாறிமாறிக் கொண்டும் அதனால் கால அளவும், ஆயுள் தோற்றமும் டறைவும் உண்டாகின்றன. இவ்விதமே பரம் தன்னுடைய படைப்பில், முட்டையிலிருந்தும், வியர்வையிலிருந்தும், முளையிலிருந்தும் கருப்பையிலிருந்தும் நான்கு வகையோனிகளையும் உண்டாக்கியது. நிறத்தினுல் ஏற்படும் எழுவகைத் தோற்றங்களையும் முன், குறிப்பிட்ட ஏழு கிரகங்களின் விளைவே என்பது அறிஞர் கண்ட உண்மை.

உலகின் கண்ணுள்ள உயிர் வாழ்வன அத்தனையும் இயங்கும் பொருட்டு நவக்கிரக சஞ்சாரத்தின் ஆதிக்கத்தால் நவதான்யங்களையும் நவரத்னங்களையும் நவலோகங்களையும், நவபாஷாணங்களையும்,

நவவணங்களையும், நவமூலிகைகளையும் வான்வெளி படைத்திருக்கிறது. பசி, பிணி, மூப்புற்றவர்கள் பேராசையினுல் பீடிக்கப்படும் மக்கள் மேற்கூறிய பொருள்களை தம் வாழ்க்கையில் அறிவிற்கு ஏற்றவாறு பயன்படுத்தி வசதி செய்து கொள்ளுகிருர்கள். வாழ்க்கைக்கு இவை அடிப்படையாயிருந்ததால், இவற்றிற்கு மக்கள் பெருமதிப்பும், பெருமையும் கொடுக்கத் தலைப்பட்டனர். இங்ஙனம் எல்லோராலும் விரும்பப்பட்ட, எல்லோருக்கும் அவசியமான பொருள்களை சேமித்து வைக்கவும், அப்படி சேமித்து வைத்த பொருளைத் தாம் தம் சுற்றம் உறவு என்பாருடன் பகிர்ந்து பயன்படுத்திக்கொள்ளவும் முனைந்தனர். இப் பொருள்களின் பாலுள்ள விருப்பத்தினால் இவற்றை எப்பாடு பட்டேனும் அடைய வேண்டும் எனும் எண்ணத்தினுல் மக்களிடத்தில் பல கொடிய குணங்களும் பழக்க வழக்கங்களும் ஏற்பட்டன. அசூசை, அருவருப்பு, சூது, வாது, வஞ்சகம், பொருமை, போர்க்குணம் இவையாவும் உண்டாகக் காரணமாயிருந்தமையும் இப்பொருள்களே. இவற்றின் விளைவால் பல மாபெரும் போர்களும் நிகழ்ந்துள்ளன. அதன் விளைவை நாம் இன்றும் அனுபவித்துவருகின்றோம்.

இவ்விதம் மக்களுடைய எண்ணங்கள் பல்வேறு பொருள்களின்மேல் ஊன்றிப்போவதால், தூய வான் வெளியை எவரும் சிந்தனை செய்வதற்கின்றிவிட்டு ஏமாற்றமடைகின்றார்கள். தோற்றப் பொருள் யாவும் வான்வெளியின் கற்பத்திலிருந்து உண்டாயிற்று. அதன் கற்பத்துள் யாவும் இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன என்னும் உண்மையை நிதானித்தார்களில்லை. அதனால் பிறவியை நீக்கிற பேரின்பத்தைக் கனவிலும் சிந்தை செய்வதற்கிடமின்றி வாழ்கின்றனர். இவ்விதம் அழியக் கூடிய தோற்றப் பொருளையே நம்பி அம்மண கோலத்தையுடைய வான் வெளியை அடையாதுவிட்டு,

பிறவிப் பயமே எய்தாது. பிறப்பு, இறப்பு என்னும் ஓயாச்சுழலில் சிக்கி தப்பவகையின்றி சிதைகின்றார்கள். இவற்றிற்குக் காரணம் நவக்கிரகங்களேயாம். சாயாக் கிரகங்களாகிய ராகு, கேது நீங்கலாக மற்றுள்ள கிரகங்கள் திரைச்சீலைகளாகி நம் அறிவின் கண்ணை, வான் வெளியினின்றும் மறைக்கின்றன. இத்திரை கிழித்து போக்கப்பட்டாலல்லது விசித்திரங்கள் நீக்கப்பட்டால் அல்லது நாம் வான்வெளியை உணர்ந்தவர்களாக மாட்டோம். இந்நிலையை நன்குணர்ந்த தாயுமானார்,

"உன்னுள்ளே நானிருக்க என்னுள்ளே நீயிருக்க
உன்னை யறியாமல் உடலிழந்தேனே பூரணமே" என்றார்.

நம் உள்ளும் புறம்புமாயுள்ள சூதான வெளியில் வெளியாகின்ற துரியம் கடந்த மௌன வெளியை எவ்விதத்தில் விளக்கினாலும், உபமானங்கள் கூறினாலும் நமக்குத் தெளிவு உண்டாவதில்லை. ஜீவாதாரமாகிய வெளியை மனக்கண்ணால் உணராது விட்டு, கடவுள் என்னும் மாயப் பெயர் புனைந்து, உருவம் கற்பித்து; அதனை எல்லோரும் நம்பி வழிபட்டு வருகிறோம். உருவ வழிபாடு செய்யும் பொருட்டு ஊர்கள் தோறும் நதிகள் தோறும், குளங்கள் ஏரிகள், ஜலசந்திகள் உள்ள இடங்களுக்கெல்லாம் சென்று வருகிறோம்.

"மூர்த்தி தலம் தீர்த்தம் முறையாய்ப் பணிபவர்க்கு
வார்த்தை சொலச்சற் குருவும் வாய்க்கும் பராபரமே"

உண்மைப் பொருள் இன்னது என்று தாயுமானார் கூறியபடி உணர சக்தியற்றவராய் வாழ்கின்றோம்.

மூர்த்தி, ஸ்தலம், தீர்த்தம் என்று சொற்களுக்கேற்றபடி மூர்த்தி பிரதிஷ்டையும், அதற்கு கோவில் கோபுரங்களும் மதில் சுவர்களும் கட்டி ஆலயத்துள்ளிருக்கும் உருவத்தை லிங்கமென்று வழிபட்டு வருகின்றோம். காசி முதல் கன்னியாகுமரிவரை பாத சாரியாய் தீர்த்த யாத்திரை இன்றும் செய்து கொண்டு வருகின்றோம்.

இத்தகைய மூர்த்தி ஸ்தல தீர்த்த யாத்திரையினால் நாம் என்ன பயனைப் பெற்றோமென்று யோசிக்கில் ஒன்றும் புலனாகவில்லை.

இப்பிறவி தப்பினால் எப்பிறவி வாய்க்குமோ ஏது வருமோ என்று, மனம், வாக்கு, காயமெனும் திரிகரண சித்தியாகப் பயந்தவர்களே ஞானவரம்பில் உள்ளவர்கள். அவர்களே மூர்த்தி தலதீர்த்தம் என்ற பதங்களுக்குப் பொருள் உணரக்கூடியவராவார்கள். இருவினைத் தொடர்புகளும் நீங்கும் காலம் சமீபிக்கவே.

"எந்த நிலைபேசினும் இணங்க விலையலால்
இறப்பொடு பிறப்பையுள்ளே எண்ணினும்
நெஞ்சது பகீ ரெனுந்துயி லுரு
திரு விழியுமிரவு பகலாய்"

என்று தாயுமானார் கூறியபடி மரண பயம் வந்ததும் மறலிக்குத் தப்பி பிழைக்க வழி தெரியாது தவிக்கின்றனர். இந்நிலையே வினை நீரும் காலம் காலம் என்பதற்கு ஓர் அறிகுறி. சாகா திருக்க வேண்டி சஞ்சலமடைகிறன்.

"சாகா திருப்பதற்குதான் கற்கும் கல்வியன்றோ
வாகானமெய் கல்வி வகுத்தறி நீ கல் மனமே"

என இடைக்காட்டார் கூறியபடி மெய்ப்பொருளையறிந்தால் மரண பயம் நீங்கி வாழலாம் எனக்கண்டார். அறிவுமயமான வான் பொருளின் வியாபகத்தில் இயங்கும் நான்கு பூதங்களும் நவக்கிரகங்களாகி இயங்கிக் கொண்டிருப்பதே இயற்கை, உலகம் என்றோம். தோற்றம் யாவுமே அழிவன. அனித்ய வஸ்துக்கள், என்று திடமாக நம்பி அவற்றை பொருள்படுத்தாது விட்டு, சாஸ்வத அறிவு மயமான ஞானவெளியை அடைவதே மெய் கல்வி கற்றதின் பயனாகும்: மெய்கல்வி கற்க விரும்பில், சாகாது வாழ்ந்த கொண்டிருக்கும் சித்தர்கள் வகுத்துள்ள வழிகளை முறையோடு நூல் வாயிலாக ஆராய்ச்சி செய்ய வேண்டும். மேல் நாட்டு ஞானிகளின் நூல்களையும் நம்

முடைய சித்து நூல்களையும் ஒப்பிட்டு பார்க்க வேண்டும். இவ்வித ஆராய்ச்சியினால் உண்மை விளங்காவிட்டாலும் கூட, முனிவர்கள் கூறியுள்ள கதைகளினாலும் பெற்றோர்கள் கூறும்விடுகதைகளினாலும் ஒழுக்க நூல்களாகிய கீதை, ராமாயணம், மகாபாரதம், வேத இதிகாச புராணங்கள் விளக்கியுள்ள, கூறு கூறிவைத்திருக்கும் உண்மை போதனைகளைச் சற்று ஆழ்ந்து சிந்தித்தோமானால் சாகா திருக்கும் வழியை அறிந்துகொள்ள முடியுமென்று தோன்றுகிறது.

நூல்கள் விளக்கியுள்ள சம்பவங்கள், நிகழ்ந்தனவென்பது மெய்யோ பொய்யோ வென்று நம் வாதாடத் தேவை இல்லை. அவைகள் கட்டுக் கதையாகவே எடுத்துக் கொள்வோம். அக்கதைகளில் உள்ள சாராம்சம் எப்படி இருக்கிறது என்றால், ஆழ்ந்த கருத்துடன் அனுபவத்தை ஒட்டிப்பார்க்கில் உள்ளங்கை நெல்லிக்கனி என விளங்குகின்றன. எதிர்கால மக்களின் நல்வாழ்க்கையைக் கோரிய மகான்கள் நம்மீது கருணையோடும் நன்னோக்கத்தோடும் கூடி எழுதிவைத்த நூல்களேயாகும். அவற்றுள் எவ்வளவோ எளிய நடையில் இனிப்பின்னைக் கற்றுக் கொடுக்கும் பாவனையாக சாகா திருக்கும் வழியை எப்படி மகாபாரதத்தில் காட்டியுள்ளார்கள் என்றால், தேவர்களும் அசுரர்களும் சேர்ந்து அமுதம் கடைந்து அருந்திய வகையை தெளிவுபடுத்தியுள்ளார்கள் இராமாயணத்தில் அனுமான் சஞ்சீவி பர்வதம் கொண்டு வந்து வானரசைன்யங்களை உயிர்ப்பித்தாரென்றும் தெளிவுபட வழிகாட்டியுள்ளார்கள். இவ்விரு சம்பவங்களும் மருத்துவ முறைகளில் இரண்டுவகை மூப்பூக்களாகக் கொள்ளப்பட்டுள்ளன. இவ்வுண்மை விளங்கப் பெறுமுன் நான் பள்ளிமாணாக்கனாக இருந்தபோது மாணவர்களுடன் சேர்ந்து பழைய நூல்களைக் குற்றம் கூறியுள்ளேன். அதுபோல் மாணவர் பருவம் நீங்குகிறவரை ஒவ்வொருவரும் எதிர்த்தே உண்மையுணர நேரிடும் என்பதற்கு ஐயமில்லை. இவ்

வுலகப் பரப்பின பெரும்பாகத்திலும் பரவியுள்ள கிறிஸ்துவ மதத்தின் உண்மை தத்துவத்தை அறியாத கிறிஸ்துவர்கள் பேரளவில் உள்ளனர். அதேபோல் முஸ்லிம்கள் "அல்லாகூ அக்பர்" என்ற பொருளுக்கு விளக்கம் தெரிந்தவர்கள் கோடியில் ஒருவர்தான் இருக்க முடியுமென்று நிச்சயமாய் சொல்லலாம். மக்கள் மேற் சொன்ன மாணவர் நிலையிலேயே இருப்பதுதான் இதற்குக் காரணமென்று விளங்குகிறது. இதில் குற்றம் கூறுவதற்கு யாராலும் இயலாது. ஏனெனில் நமக்கும், உண்மைக்கும் இடையேயுள்ள கிரகங்களின் இயக்கமே இவ்வாறு உண்மையை பொய்யென்றும் பொய்மையை உண்மை என்றும் கருதும்படிச் செய்கின்றன; ஆனதால் நாம் உண்மை உணர பிறப்பறுக்கும் பிரணவத்தை ஆராய்வோம்.

"உரித்தவன்காண் உரக்களிற்றை உமையாள்நல்க ஓங்காரத்தொருவன்காண் உணர்மெய்ஞ்ஞானம், விரித்தவன் காண் விரித்த நால்வேதத்தான்காண் வியனுலகிற் பல்லுயிரை விதியினாலே, தெரிந்தவன்காண் சில்லுருவாய்த் தோன்றி யெங்குந் திரண்டவன்காண் திரிபுரத்தை மேவில்லால் எரித்தவன்காண் எழிலாரும் பொழிலார் கச்சி ஏகம்பன்காண் அவ என் எண்ணந்தானே."

சப்தசாகரங்களும் திரண்டு கட்டுப்பட்டு ஓங்கார மாகியதே ஒருவனானதும், மெய்ஞானமானதும், பலவாய தோற்றமளிப்பதும், நான்கு வேதங்கள் பூதங்களாகி விரிந்ததும், பல்லுயிரையும் விதியாகிய அறிவாயிருந்தது இயக்கித் தெரிந்ததும், சிற்றுருவாய் எங்கும் தோற்றத்திற்கு காணக்கூடியதும் வில்லோசையினால் சோமசூரியாக்கினிகளை ஏகமாக்கி எரித்ததும் தோலைப் போர்த்திக் கொண்டிருக்கும் உமையாள் சகிதன் என் உள்ளத்தான் என்றார் அப்பர்.

அடுத்து பிரணவம் என்பது என்னவென்பதை ஆராய்வோம்.

பிரணவம்

பிரணவம் என்பதற்கு பிராணன், நவசக்தியோடு கூடியவை என்று பொருள் கொள்ளலாம். சகலவேதங்களும், இதிகாசப் புராணங்களும் எழுத ஆரம்பிக்கு முன்னர் ஓம் என்னும் உருண்டை வடிவான எழுத்தை வரிவடிவில் குறிப்பிட்டு அவ்வெழுத்துக்கு வணக்கம் கூறுவதே கடவுள் காப்பாகும். காப்பு என்பதற்குப் பொருள். தாம் கோரிய காரியம் சித்தியடைய வேண்டுவதற்கே முன்னோர்கள் பிரணவத்தை கையில் தற்காப்பு ஆயுதமாக வைத்து கையாண்டு வந்திருக்கிறார்கள். பிரணவத்தை உடற்கட்டாகவும், பாஷாணநிகள் கட்டாகவும், அஷ்டதிக்கு பந்தனத்திற்காகவும் சிலைகள் அஷ்டபந்தனம் செய்வதற்கும் பிரயோகம் செய்து வந்திருக்கிறார்கள் பூர்வீகப் பழக்கம் விட்டுப்போகாதபடி இன்றும் நம நாட்டில் அஷ்டபந்தன மருந்துகள் கூட்டிச் செய்து வருகிறார்கள் ஆனால் அவை உண்மை பிரணவ அஷ்டபந்தனமில்லை. அஷ்டாங்க இருதயத்தில் உள்ளதே அஷ்டபந்தன மருந்து. அஷ்டபந்தனம் உண்மையில் தயாரிக்கப்பட்ட பிரணவமையை சிலையில்பூசி பிரதிஷ்டை செய்ததும் அச்சிலையிடம்போய் ஒருவன் பிரார்த்தனை செய்தது. கோரியகாரியம் நிறைவேறும் என்பதற்கு ஐயமில்லை. தற்காலம் செய்துவரும் அஷ்டபந்தனம் செய்த சிலைகளிடம்போய் இரவு பகலாகப் பிரார்த்தனை செய்தாலும் ஒரு பயனும் இருப்பதில்லை. பிரணவமிருப்பது அஷ்டாங்க இதயத்துள் அல்லது அமுத கலசத்துள்.

ஆச்சப்பா ஆதி பராபரந்தான்
அனுக்கிரகத்தாலுதித்த கணபதி வல்லபை மைந்தா

மூச்சப்பா நிறைந்த சக்தி சிவமுமாகி
மூவுலகும் தானாகி முதலுமாகி
பேச்சப்பாநிறைந்ததொரு பஞ்சபூதப்
பேராகிப் பெருமையினால் பஞ்சபூதம்
பாச்சப்பா பஞ்சகர்த்தாள் அஞ்சுபேரும்
பக்திகொண்டு ஆதியிலே "ஓம்" என்றுரே

என்பதைக் காண்க,

பிரணவம் பஞ்சபூதங்களால் கட்டப்பட்டுள்ளது. இதற்கு வடிவம் விந்து போலுள்ளது. பிரணவ எழுத்தின் வடிவம் ஓம் என்று வரிவடிவில் காட்டி இருப்பது அமுத கலசத்தின வெளித்தோற்றம் ஓங்காரத்தின் உண்மை தத்துவம் அல்லது ஜீவாதார நிலை "ம்" என்னும் விந்து, நாதத்திலிருந்து தோன்றி விந்து வடிவை அடைந்திருக்கிறது இவ்விந்தே சூரியனாகவும் கொள்ளப்படுகிறது. அகரமாகிய சந்திரபானமே கட்டுண்டு உகரமாகிய சூரியகாரமானது. கட்டுண்ட சூரியன் நான்கு பூதங்களால் ஆனது. நான்கு பூதங்கள் சேர்ந்தவிடத்தே ஜீவசக்தியும் பரிணமிக்கிறது. கட்டுப்பட்ட பஞ்சபூதம் அண்டம் போன்று இருப்பதால் மந்திரசாஸ்திரப் பிரணவபீஜமென்று அழைக்கலாயிற்று. அகர, உகர, மகரம் சேர்ந்து ஒலிப்பதே ஓம் என்னும் பிரணவம். பிரணவம் அமுத கலசத்துள் எப்படி அமைந்திருக்கிறதென்றால் புராதனக் கோயில்களைப் பார்த்தது போலவே இருக்கும். பிரணவத்தை விளக்கிக்காட்டவே முன்னோர்கள் வெகு பாடுபட்டு லிங்கமிருக்குமிடம் கற்பகிரகமென்றும், வெளி அர்த்த மண்டபமென்றும், பிரகாரமென்றும், மதில் சுவரென்றும் கட்டி பிரணவத்தை ஒப்பிட்ட முறையில் விளக்கிக்காட்டியுள்ளார்கள். இப்படி கட்டிய கோவிலுக்கு கோபுரம் ஒன்றை உயர்த்தி அதன் சிகரத்தில் பூரணகும்பங்களை ஸ்தாபித்து வணங்கி வந்திருக்கிறார்கள். இந்த நோக்கத்தை பகிரங்கமாகக் கூறு.

"கோவில் கும்பத்தைக்கண்டால் கோடிவினைகள் தீரும்
பாவிக்கு கிடையாதுகாண் தில்லை சிதம்பரம்."

என்று நந்தனார் கூறியுள்ளார்.

இதன் கருத்து பிரணவ பீஜத்தைக் கண்டால் சகல வினைகளும் தீரும் என்றார். ஆனால் பாவிக்குக் கிடையாது என்றார். இந்த வார்த்தையை ஆழ்ந்து சிந்திக்கில், பாவி என்ற நாமம் உலகில் உண்மை உணராது மாயையில் சிக்குண்டு அழுந்தியிருப்பவர்களுக்குப் பொருந்தும். இத்தகையோர் கண்ணுக்குப் பிரணவ பீஜமாகிய கோவில் கும்பம் தென்படாது என்று பொருள்படக் கூறியதாகும். மனிதனால் கட்டப்பட்ட கோவில் கும்பங்களைப் பாராது வாழும் மனிதர்களே கிடையாது. கோடிக்கொருவராகிலும் உண்மைக் கோவில் கும்பத்தை, இறைவனின் இருப்பை, சிற்றம்பலத்தில் வாழும் சிவத்தை தேடி, தட்டி திறந்து கண்டவர்களும் இல்லை, கண்டோமென்று சொல்லிக் கேட்டவர்களுமில்லை. ஏனெனில் கண்டவர் விண்டிலர். என்ற பழமொழிக்கிணங்க நந்தனார் கூறும் வாக்கியத்தால் காணலாம். "இல்லை வெளியினில் கலந்து கொண்டால் அவர் திரும்பியும் வருவாரோ". அறிவு ஞான வெளியாக உண்மைப் பொருளில் கலந்து கொண்டதும், அசுத்த மாயையில் அல்லது மாயை சம்பந்தப்பட்டவர்களுடன் ஞானமடைந்தவர்கள் கீழிறங்கி வந்து கலக்கமுடியாது இறைவனின் தன்மையுடையவராகி விடுகிறார்கள். இதையுணராது இன்றும் மக்கள் கும்பாபிஷேகம் என்று கேள்விப்பட்டதும் என்ன வேலை அவசியமிருப்பினும் என்ன தூரமிருந்த போதிலும் அந்த கும்பாபிஷேக வைபவத்தைப் பார்த்தே வீடு வருகிறார்கள். அக்கால சூழ்நிலைக்குத் தக்கபடி ஆன்றோர் வகுத்தது உண்மைதான். இக்காலம் பல அறிஞர்கள் பழைய நூல்களை ஆராய்ச்சிசெய்து வருகிறார்கள். அவர்களுள் சிலராவது கும்பாபிஷேகத்தின் உண்மைப் பொருளை அறிவார்களென்று எதிர்பார்க்கலாம்.

"முக்கோண வட்டம் முதிராப்பருவம் முளைத்தெழுந்த
இக்காய நட்ட நடுவிருக்கும் எழிற்குழம்பமான்
விக்காமலேறி விளையாட ஓதும் வேதபாக மோர்ந்த
அக்கால மன்றே அடைவார்கள் அட்ட சித்தி."

—என்பதை நோக்குக.

கோவில் கும்பமாகிய பிரணவபீஜம் அமுதகலசத்துள் இருப்பதாகக் கூறினோம். அமுத கலசத்தை ஒப்பிடக் காட்டியே கோவில்களைக் காட்சிக்காகக் கட்டி அதனுள்ளே இருக்கும் கர்ப்பக் கிரகத்துள் லிங்கமென்னும் கல்லைக்காட்டி வணங்கக் கற்பித்தார்கள். அதேபோல் அமுத கலசம் கிடைக்கப் பெற்றதும் மறைவாகிய கோட்டைச் சுவரை இடித்துத் திறந்து பார்க்குமுன் பாலாழியாகிய விநாயகக் கடவுள் முன் ஓடி வந்து அமுதத்தை அழைக்கிறார். அவருடைய தரிசனம் ஆனதும் கர்ப்பக் கிரகத்துள் நுழைந்து இருட்டில் தேடிப்பார்க்க விநாயகக் கடவுளின் சகோதரனாகிய கந்தனைக் காண்கின்றோம். இந்த இருவர்கள் தரிசனமானால் கோடி வினைகள் தீரும் என்பதற்கு சந்தேகமில்லை.

"பேழை வயிற்றோனே பெருச்சாளி வாகனனே" என்றும் "கந்தனுக்குமுன் பிறந்த கற்பகமே முன்னடவாய்" என்றனர். ஆன்றோர் அகரமாகிய பாலாழியையும் ஒன்று சேர்ந்த முறையிலேயே வணக்கம் செலுத்தி வந்திருக்கிறார்கள். எப்படி வெளியின்றித் தோற்றமிராதோ அதேபோல் விநாயகரின்றி கந்தனுமிராது. சிவமெனும் பொருளும் ஆதி சக்தியுடன் சேரில் எத்தொழிலும் வல்லதாம் என்ற ஆன்றோர் குறிப்புக்கிணங்க அகரமாகிய கந்தன் சர்வ சக்தியுடையவராயிருந்தும், வள்ளியை சிறை எடுக்கப்போனபோது அவள் தன் கருத்துக் கிணங்காது போகவே, தன்னுடைய சக்தியில் அவள் கட்டுப்படவில்லை என்றதும் தன்னுடைய மூத்த சகோதரனை தனக்குத் துணைகொண்டதும், வள்ளியை வசமாக்கியதாக புராணம் கூறுகிறது. இன்றும் [illegible] முன்னோர்கள் பழக்கம் மாறாது நாம் எக்காரியம்

செய்வதற்கு முன்பு பிள்ளையார் பிடித்து அறுகு அதன் தலையில் பதித்து வணங்கியே காரியத்தை ஆரம்பம் செய்கிறோம். கடிதம், பத்திரம், வியாசம் முதலிய நல்ல காரியங்களைக் குறித்து எழுதுமுன் தலைப்பில் உகரமாகிய பிள்ளையார் சுழியை எழுதியே மற்ற கருத்துகளை எழுதுகிறோம். இதேபோல் ஒவ்வொரு மதஸ்தர்களும் கடவுளைக் குறிக்கும் ஓர் அடையாளத்தை எழுதி வருகிறார்கள். இதன் தாத்பரியம், என்னவெனில்,

"அகரமென் றறியார் முடி அக்னி
உகரமென் றறியார் புவியூசரம்" - என்றார், யூகி முனிவர்.

அகரமென்பது அக்னி பீஜம், ஏ கெந்தி. உகரமென்பது ஜலம்-கோசம், - கடல்நீர், என்பது கருத்து. இது இரண்டையும் சேர்த்து சுருக்கி, அகர உகரம் தாங்கிய ஆலகால விஷத்தை யொத்த ஆதிசேஷனை தைலமாக்கி மூன்றையும் மையமாக்கி வைத்துக்கொண்டு, எவனொருவன் அந்த மையைத் தொட்டு எழுதுகிறானோ அவ்வெழுத்தின் பொருள்படியே சித்தியைக் காண்கின்றான்.

அஷ்ட பந்தன மருந்தே காப்புக்குறிய எழுத்தும் மையுமாக இருக்கிறது. "ஓம்" அல்லது "உ" என்னும் எழுத்தை எழுதத் தேவை இல்லை. ஓமென்ற மையைத் தொட்டு எழுதுவதே காரிய சித்திக்காக ஞாபகச் சின்னமாயுள்ளது. அமுதகலசத்தினுள்ள பாற்கடலில் கண்ணன் என்னும் அகரம் சேஷ சயனம் செய்துகொண்டிருக்கிறது. இது எப்படி இருக்கிறது என்றால் சூரியனை யொத்து காக்ஷி யளித்துக் கொண்டிருக்கிறது. இந்த சூரியனாகிய பிரணவ பீஜம் நான்கு பூதங்களில், தனிமையாக அக்னி பூதமாக பிரகாசித்துக் கொண்டிருக்கிறது. மற்ற ஆறு கிரகங்கள் பனித்திவலைகளாய் ஒன்று சேர்ந்து ஜல அம்சத்தைப் பெற்று இருக்கின்றன. ராகு கேது சேஷ சயனமாகி இருக்கிறது. இவ்வளவும் பெரிய உலகக் காக்ஷியைப் போல் சிற்றுலகமாகிய சிற்றம்பலத்தில் காட்சியளிக்கப் படுகின்றன.

"கற்றதனாலாய பயனென்கொல் வாலறிவன்
நற்றாள்தொழா ரெனின்" - வள்ளுவர்

ஒருவன் கற்றவனென்பதற்கு அடையாளம் என்னவெனில் இறைவனின் வைப்பாகிய பிரணவ கலசத்தை, அல்லது சித்தருலகத்தை அல்லது சிற்றம்பலத்தை புணர வேண்டும். அதன் உட்புறக் காட்சியாக இருந்து தரிசனம் அளிக்கும் உயர்ந்த மலர் பாதங்களாகிய அகர உகரங்களை தொழுதலே கற்றவர்கள் என்பதற்கு அர்த்தம். நற்றாள்கள் இன்னதென்று உணராதவன் கல்வி பிறவியையொழிக்காது சுழலில் சிக்கியவராவார்கள்.

பேரறிவாகிய வான்பொருளே பரம் என்றோம். நான்கு பூதங்களால் கட்டுப்பட்ட உடம்பில், வான் பொருள் உள்ளும் புறம்புமாய் கலந்து, அருபமாயிருந்து நம்மை இயக்கிக் கொண்டிருக்கிறது. சிவமாகிய சுத்த ஆவி, அசுத்தமாய சக்தியாகி மண், தண்ணீருடன் சம்மந்தப் பட்டதினால் சிற்றறிவு படைத்தவர்களானோம். ஆனதால் உண்மையே பொய் என்றும், பொய்யே மெய் யென்றும் கருதுகிறோம். சில சமயம் மாயையின் வல்லபத்தால் உண்மை உண்மையாகவும், பொய் பொய்யாக வும் விளங்கிக்கொள்கிறோம். சுத்த வெளியை அடைய மாயா சம்மந்தப்பட்ட உடம்பை நீக்கியே அல்லது மறந்த நிலையிலேயே இறைவனை வழிபட வேண்டி இருக்கிறது. அதற்கு தோற்றமாகிய நான்கு பூதங்களையும், நவக்கிரகங்களையும் நமக்கு ஆதரவாகக் கொள்ள வேண்டும் ஏனெனில் இறைவனுக்கும் நமக்கும் இடையே ஒருவரையொருவர் நேர்முகம் பார்க்காதபடியும், அறிவுடன் கலக்காத படியும், கிரகங்கள் தங்கள் காட்சிகளால் ஜீவர்களை வசமாக்கி பூ உலகிலே வைத்துக் கொள்ளுகின்றன. ஆனதால் இக் கிரகங்களை வெல்ல வேண்டும் அல்லது வசமாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். அதற்கு என்ன வழி எனில் அமுத கலசமென்னும் சித்தருலகத்தை

தெரிந்து அதில் உள்ள நவக்கிரகங்களைப் பூசை செய்ய வேண்டும். அப்பொழுது இறைவனை சிந்தை செய்யவும், அறிவுடன் கலந்திருக்கவும் கிரகங்கள் கருணை புரியும். அப்பொழுது அகரம், உகரம், கண்ணன், பாலாழி, கல்லுப்பு, கடல் நீர், மணி, மந்திரம், மருந்து, லிங்கம், பஞ்சாட்சரம், திரு நீறு, உருத்திராக்கம், கண்ணும், கருத்தும், எண்ணும் எழுத்தும், என்று கூறும் சித்தர்கள் பரிபாஷையாகவும் அமுத கலசத்துள் இருப்பதாகிய பொருள் ஓம் ஒன்று என்பது விளங்கும்.

''வாரான எழுவகையும் தோற்றமெல்லாம்
மகத்தான ஓங்காரவடி வமாச்சு
பேரான வேதமொடு சாஸ்திரங்கள்
பெருகி நின்ற மந்திரங்கள் அஷ்டகர்மம்
நேரான ஜபதங்கள் யோக நிஷ்டை
நிறைந்திலங்கும் கெவுன முதல் வசியமார்க்கம்
கூரான ஓங்கார குறிதான் கேளே''

என்பதைக் காணத்தக்கது (அகத்தியர் அந்தரங்க பூஜா விதி).

மாமலர் நாலையும் வட்டத்தின் மேலிடு
மாமலர் நாலிலும் வவ்வாதி சவ்விடு
மாமலர் நாலிலே வட்டத்தினுள்ளே
ஓமென விநாயகன் உலாவி நின்றானே

ஒரு வீடுவாசற் கிருவீடு மேலே
கரு வீடுவாசற் கிருவிரல் கீழே
உரு வீடுசோதியு மங்கேயுதித்தன
திருவுடை யாரிது தேர்ந்தறி வாரே.

இட்டானதிந்திலன் ஏத்தாளுங் கண்டிலன்
தட்டானதிந்தான் ஒருவர்க் குரைத்திலன்
மெட்டாய் வளர்ந்து அதின்மேல் விநாயகன்
அட்டாங்கயோகத் தமர்ந்திருந்தானே.

ஓங்காரமென்றும் அவளொரு பெண்ணும்
றீங்காப் பச்சை நிறமது கந்தவன்
ஆங்காரமுடன் ஐவரைப் பெற்றவன்
சீங்காசனத்தி லிலித் திருந்தானே.

-என்ற திருமூலர் திருவாக்கியத்தையும் காண்க.

அடுத்தது பிரணவ பீஜத்தைப் பற்றி ஆராய்வோம்.

பிரணவ பீஜம்

உண்மைத் தொண்டர்கள் எண்ணிய எண்ணப்படி சித்திபெற்று இறைவனை எளிதில் அடைவதற்கே, இறைவன் தன் சர்வ சக்திகளையும் ஓர் குளிகைக்குள் அடக்கினார். அதன் உருவம் ஆண் பெண் அலியற்றது. இத்தகைய எழுதரிய வடிவமுகளையே சமயாச்சாரிகள் தங்கள் தங்கள் தோற்றத்துக்கேற்ற வண்ணம் தசாவதாரம் தோன்றிய கதையைக் கட்டியுள்ளார்கள். அவர்கள் கட்டியுள்ள கதைகளையும் அழுதகலசத்தின் உள்தோற்றத்தையும் ஒப்பிட்டு நோக்கில் அப்பொழுது அவர்கள் கூறியுள்ளது உண்மைதான் என்று ஒத்துக் கொள்ள முடியும். இதன் இரகசியம் உணர்ந்த சித்தர்கள் உருவ வழிபாடு கூடாது எனக் கூறுகிறார்கள்.

அகாரத்தை ஆலிலைமேல் பள்ளிகொண்டவன், கெருட வாகனன், சேஷசயனன், காளிங்க நர்த்தனன், திருவேங் கடத்தான், ஏழுமலையான், வெங்கடாஜலபதி, கண்ணன், கிருஷ்ணன் என ஆழ்வாராதிகளும், முருகன், முத்துக் குமரன், முத்தையன், மயில் வாகனன், சுப்பிரமணியன், சிவன், ஷண்முகன், நடராஜன், கந்தன், குகன், கங்கா தரன், தக்ஷிணாமூர்த்தி என சமய சைவர்களும், பல நாமங்களை அவரவர் மனம் போனவாறு கற்பனை பெயர் புகட்டியுள்ளார்கள்.

"கேளப்பா அமைப்படக்கம் சொல்லக்கேளு
கிருபையுள்ள கணபதி வல்லபை மைந்தா
ஆளப்பா பிரம்மாவும் சரஸ்வதியுமானார்
அதன்பிறகு திருமாலும் லட்சுமியுமானார்
மேலப்பா ருத்திரனும் ருத்திரியுமானார்

மேன்மையுடன் மயேஸ்வரனும் மயேஸ்வரியுமானார்
காரப்பா சதாசிவனும் மனோன்மணியுமானார்
காரணமெல்லா முடிந்து சத்திசிவமாச்சே." — என்பதை நோக்குக.

(அகத்தியர் — அந்தரங்க தீட்சாவிதி)

சமயகுரவர்களின் ஆழ்ந்த கருத்தை ஏனையோர்களால் அறிதல் இறமன்று. அவர்கள் கூறியுள்ள ஒவ்வொரு சொற்களும் தங்க ஏட்டில் எழுதினதாகும்; கல்லின்மேல் பதிந்தனவாகும். அவர்கள் மொழிகளை ஆழ்ந்த கருத்துடன் விளைவசம் ஒருங்கே கூடினுலொழிய அறிய முடியாது. அறிவு வளர்ச்சி பெருத மக்களிடத்தும், பேய்க்குணம் படைத்த புல்லரிடத்தும், கொலைகளவு இவற்றிற்கஞ்சா குறை மதியினரிடத்தும், இவ்வரிய ரகசியம் சிக்கினுல் அவை பெரிதும் துஷ்பிரயோகப் படுத்தப்படும் என எண்ணியே இதனை மறைபொருளாகக் கூறியுள்ளார்கள். அது உண்மைதான் என்று நாம் ஒப்புக் கொள்ள வேண்டியே ஏகிருஸ்து.

"நாசியில் சுவாசமிடுகிறவனை நம்பலாகாது" என்றார்.

இவ்வாக்கியத்திற்கு வியாக்கியானம் எழுதினுல் ஒரு பெரும் காவியமாக முடியும்.

சுருங்கக்கூறில் நாசியில் சுவாசம் நடந்தாலொழிய ஒருவரும் உயிருடன் வாழமுடியாது அவர் வாக்கியமோ நாசியில் சுவாசமிடாதவனை நம்பலாம் என்ற கருத்தை விளக்குகிறது. ஏனெனில் சுவாசமிடுகிறவர்களுக்கு புத்தி ஒரே நிலையில் இராது. சுவாசம் சூரியகலையில் நடக்கும்போது ஒரு நினைவில் இருப்பான். அப்பொழுது ஒரு காரியத்தை செய்வதாகச் சொல்லி வாக்களிப்பான். அந்த கலை மாறியதும் சுவாசம் சந்திரகலையில் சஞ்சாரம் செய்யும்போது வேறொரு எண்ணம் தோன்றும். அப்பொழுது முன் கூறிய வார்த்தைக்கு நேர்மாருக பதிலளிப்பான். ஏனெனில் பிசகு அவனைச் சாராது. இரகங்கள் தங்கள் ஆதிக்கத்தால் உண்மை உணராத மனிதனை சுழலில் சிக்க வைத்திருப்பதால் வினை

யைச் சார்ந்ததாக இருக்கிறது. வினையை இவன் அனு பவிக்க நேரிடுகிறது. அதனால் மனிதன் பசி, பிணி, மூப்புடன் மன்றாடி முடிவில் மரணமடைகிறான்.

மனிதன் தோன்றின காலம் முதல் நாளுக்கு நாள் அவனது அறிவு வளர்ந்துகொண்டே வந்திருக்கிறது. தன் அறிவின் கூர்மையால் இயற்கை சக்திகளைக் கட்டுப் படுத்தவும், காட்டில் வாழும் மிருகங்களை எதிர்க்கவும் வெல்லவும் பழகிக்கொண்டான். இயற்கையிலே மறைந்து கிடக்கும் எண்ணற்ற சக்திகளை வெளிப்படுத்தி தனக்கு வேண்டிய வாழ்க்கை வசதிகளைச் செய்து கொண்டான். எதையும் வென்றான்; எங்கும் சென்றான் மனிதன். ஆனாலும் மனிதனை மனிதன் இன்றளவும் வென்றானில்லை. மனிதனுக்குள்ள ஒரே வைரி இன்று மனிதனே. மின்சாரத்தைக் கண்டுபிடித்தான். பல அற்புதங்களை சிருஷ்டித்தான். வானஊர்தியைத் தோற்றுவித்தான். அணுவைப்பிளந்து அதன் சக்தியை வெளிப்படுத்தினான். அணுசக்தியின் வல்லமையை பகிரங்கமாகப் பிரயோகம் செய்து உலகை நடுங்க வைத்தான். ஆனாலும் தன்போன்ற மனிதனை சகோதர னாகக் கருதி அமைதியோடு வாழ விட்டானில்லை.

"வலக்கன்னத்திலடித்தால் இடக்கன்னத்தையும் காட்டு"

என்ற ஏசுகிருஸ்துவின் மொழியை மறந்துவிட்டார்கள் போலும். என்றும், எங்கும் போர்பீதியே தாண்டவமாடு கின்றது. இந்த அளவுக்கு உள்ளது மனிதனுக்கு மனித னிடத்திலுள்ள பயமும், குரோதமும், விரோதமும் ஆம். இத்தகைய மனிதனிடத்து அன்பர்களுக்கென்று அளித்த பரத்தின் சர்வ வல்லமையும் வாய்ந்த பிரணவப்பொருள், சிருஷ்டி, ஸ்திதி, ரக்ஷணை, சம்மாரப்பொருள் அகப்பட் டால் உலகம் என்ன பாடுபடும் என்பதை நினைக்கும் போதே நமக்கும் திகில் ஏற்படுகின்றது. இதன் காரணத்

தைப்பற்றியே, முனிவர்கள் மாணாக்கள் மனம் செம்மை யறிந்தே அதனால் விளையும் அணிமாதி அஷ்டசித்திகளை யும், அரூப சித்தியையும் போதித்துவந்திருக்கிறார்கள்.

இயற்கை சக்தியாகிய பிரணவம் மனிதன் கையில் சிக்குண்டதும் அவனுடைய சாதனமாகி விடுகின்றது. மனிதன் இயற்கை சக்தியின் மேல் ஆதிக்கம் செலுத்து கிறானேயன்றி அந்த சக்திக்கு இவன்மேல் ஆதிக்கம் இருப்பதில்லை. இயற்கை சக்தியை துஷ்பிரயோகம் செய் யும் மக்கள் என்றென்றும் பேரின்ப நிலையை அடைய முடியாது.

பிரணவ பீஜம் உணராதவரிடத்தே நவக்கிரகங் களின் ஆதிக்கம் செல்லுகின்றன. பிரணவ பீஜம் அல் லது சித்தருண்ணும் அண்டம் பல அணுச்சக்திகளால் நிறைந்தவை. ஜீவத்தன்மையோடு கூடியவை. இதை காலமறிந்து எடுத்து மை செய்யும் முறைப்படி தயார் செய்து அடக்கம் செய்துள்ள அன்பர்கள் நினைத்த மாத் திரத்தில் இப்போது புகழ்ந்து பேசிக் கொள்ளும் அணுக் குண்டுகளின் சக்தியைவிட எத்தனையோ ஆயிரம் மடங்கு அதிக வேகத்திலும், அபார சக்தியோடு கூடி கிளம்பி நினைந்த வண்ணம் நாசம் செய்யக் கூடியவையும், அதே சக்தியை நன்மையான காரியங்களுக்குப் பிரயோகம் பண்ணினால் இறந்தவனை உயிர் கொடுத்து வாழ வைக்கவும் மற்றும் பல நல்ல காரியங்களைச் செய்யவும் வைக்கலாம்.

எப்படி எனில், ஏசு கிருஸ்துவின் வாலிப சிநேகி தராகிய லாஸரஸ் என்பவரை விட்டுப் பிரிந்து வெகுகாலம் கழிந்து தாமிருந்த ஊருக்குத் திரும்பி வந்து லாஸரஸ் யோக க்ஷேமங்களை விசாரித்ததில் அங்குள்ளவர்கள் "லாஸரஸ்" மரணமடைந்து வெகுகாலமாயிற்று என்று சொன்னார்கள். இதைக் கேட்டதும் ஏசுகிருஸ்து மனம்

இனியது. தான் பிரணவத்தால் சர்வ சக்தி வயப்பெற்றிருந்தும் இயற்கை கிரக நிலையை யோசித்துப் பார்த்தில் வாஸரஸ் மறுபடியும் தன்னால் உயிர்த்தெழ வேண்டுமென்று இறைவனின் ஆக்ஞை இருந்தமை கண்டு உடனே கல்லரைக்கு இங்குள்ளவர்களுடன் போய் அடக்கம் செய்துள்ள குழியை தோண்டும்படி உத்தரவிட்டார். ஏவலாள் அதன்படி செய்து பார்க்கும்போது வாஸரஸ் மடிந்துபோன எலும்புக் கூட்டை மட்டும் கண்டனர். ஏசுகிருஸ்து அந்தக் கூட்டைப் பார்த்து "வாஸரஸ் நீ உயிர் பெற்று எழுந்திரு" என்று கூறவே நல்ல திடகாத்திர சரீரமுடையவராய் உயிர் பெற்று எழுந்தார். ஞான சம்பந்தரும் அதைப் போன்றே இறந்துபட்ட பெண்ணின் எலும்பைத் தொட்டு பெண்ணை உயிர்ப்பித்தார். இறந்தோரை எழுப்பும் வல்லமை உடையவராயிருந்தும் தனக்கு கிரகங்களின் மேல் ஆதிக்கம் செலுத்தக் கூடாதென்று உணர்ந்தவராதலால் இயற்கைக்கு விரோதமில்லாதபடி உலகத்தவர் அறிய அற்புதம் செய்து காட்டினார். இத்தகைய நிகழ்ச்சிகள் சிலசில காலங்களில் நடைபெற்றிருக்கின்றனவென்பது புராணங்கள் கூறுகின்றன.

இக்காலத்தவர் பெரும்பாலும் இப்படிப்பட்ட சம்பவங்களை நம்பமாட்டார்கள். எட்டு இரண்டின் எழுத்து வாசனை அறிந்தவர்களே ஒப்புக்கொள்வார்கள். இன்றும் மேனாட்டு நாகரீகம் படைத்த இந்துக்களும் சித்தர்கள் கூறியுள்ள மணி மந்திரம் மருந்து முதலியவற்றைப் படித்து அவர்கள் கூறியுள்ள முறைகளுக்கு அர்த்தம் விளங்காது போகவே யாவும் பொய் நூல்கள் கட்டுக் கதைகளாக இருக்கின்றன; ஒரு முறையாகிலும் அனுபவத்திற்கு ஒத்து வருவதில்லை என்று குற்றம் கூறக் கேட்டிருக்கிறேன். உண்மை முறைகள் முடிந்ததை நேர் முகத்தில் செய்து காட்டவே சித்தர்கள் நூல் யாவும் உண்மையே என்று ஒப்புக் கொண்டிருக்கிறார்கள். இதே

போல் பலதேச மக்களும்கூட ஞானிகளின் நூலையுணர்ந்து கொள்ளாது நம்பிக்கையை இழந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். உண்மையை அறியும் ஆற்றலில்லாதவர்கள் என்ன சம்பத்திலிருந்தும் இல்லாதவர்களாவர்.

(பரம் அறிவு மயமாயுள்ளது. பரத்தின் பிரதிநிதியாகிய பிரணவ பீஜம் அல்லது அண்டம் ஜீவனோடு கூடியதாயிருந்தும் சமயோசிதமாக இயங்கும் ஆற்றலற்ற நிலையில் ஞானத்தோடு சாக்ஷி மாத்திரமாய் மௌனமுற்றிருக்கிறது. பிரணவம் ஜீவன் நிறைந்ததாயிருந்தும் இருந்தவிடத்திலேயே இருந்து எல்லாம் உணர்ந்த வண்ணம் சுகபிரமத்தை ஒப்பிட்ட நிலையிலிருக்கிறதாக ஆன்றோர் கூறிக்கொள்வார்கள். அறிவின் வல்லமையால் அசைந்து செல்லும் ஆற்றல் அதற்கு கிடையாது. ஏன் இப்படி சிருஷ்டிக்கப்பட்டிருக்கிறதெனில் அன்பர்கள் பிரணவத்தைத் தேடிக்கொண்டு வரும்போது இதைக் கண்டு சுலபமாக எடுத்துக் கொள்ளட்டுமெனக் கருதிய பரம், இத்தகைய குணத்தோடு படைத்திருக்கிறது. அப்படித் தேடிக் கிடைக்கப்பட்ட பொருளைக் கட்டித் திறந்து உள்ளிருக்கும் சாஸ்வதமாகிய பொக்கிஷத்தை எடுத்து தங்கள் நோக்கப்படி யாவையும் பூர்த்தி செய்து கொள்ளட்டுமெனக் கருதியே இந்நிலையில் வைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இக்கருத்தை ஸ்ரீ ஆண்டாள் தன் பாசுரங்களில் பிரணவப் பெட்டகத்திலுள்ள சிவசக்தியாகிய அகர உகரங்களைப் பாலை என்றும் நீரென்றும் குறிப்பிட்டிருக்கிறார்.)

பூங்குவளைப் போதில் பொறிவண்டு கண்படுப்ப
தேங்காதே புக்கிருந்து நீர்த்த முலைபற்றி
வாங்கக் குடம் நிறைக்கும் வள்ளல் பெரும்பசுக்கள்
நீங்காத செல்வம் நிறைந்தேலோ ரெம்பாவாய்.

இதைக் காண்க.

திருமாலுக்கு உலகளந்தப் பெருமாள் என்று ஒரு பெயரும் உண்டு. மகாபலிச் சக்ரவர்த்தியை மூன்றடி மண் கேட்டு பூமி பரப்பை ஒரு பாதத்தால் மறைத்து ஆகாயம் பூராவும் ஒரு பாதத்தால் மறைத்துவிட்டு மூன்றாவது அடி மண் எங்கிருக்கிறது என்று கேட்க, அவர் தன் தலையில் மலர்பாதத்தை வைக்கும்படி கேட்டுக் கொண்டார். இக்காட்சி உபதேசக்கிரமத்தில் குருவானவர் அமுதகலசத்தை எடுத்து பூமி மறைத்த காட்சியையும் ஆகாயம் மறைத்த காட்சியையும், வாமனவதாரம் கொண்ட திருமாலையும் காட்டிக் கொடுப்பார்கள். இதுவே திருப்பாற்கடலில் தோன்றும் அமுத கலசம். இதனுள்ளிருப்பதே பூமி, ஆகாயம், நீர், நெருப்பு கொண்ட சிற்றுலகம், சித்த ருலகமென்றும் கூறலாம். இதனுள் சேஷசயனத்திலிருக்கும் உலகளந்த பெருமாளைப் பாடியும் போற்றியும் அவரை எடுத்து திருமஞ்சனக் கூடத்தில் வைத்து நீராடச் செய்து போற்றிப் பணிவோமானால் யாதொரு தீங்கும் நேராது. உலகம் மாதம் மூன்று மழை பெய்து செழிப்படைந்து நெற்கதிர்களிடையேயெல்லாம் மீன்கள் விளையாடிக் கொண்டிருக்கும். தேன் ஈக்கள் மதுவை நிறைய அருந்தி மயங்கிக் கிடக்கும். கங்கையை நிறைய ஸ்தன்னியத்தில் வைத்திருக்கும்; பெருங்கருணையுடைய அமுதகலசத்தை யொத்த பசுக்களின் பாலை எடுக்க குடம் நிறையக் கொடுக்கும். அப்பொழுது நம்முடைய செல்வம் செலவிட செலவிட நிறைந்து கொண்டே இருக்கும் என்று ஆண்டாள் பிரணவ பீஜத்தைப் பூசிப்பவளாகையால் அமுத கலசத்தை சிறப்பித்துக் கூறுகிறாள் பாலையும், நீரையும் சேர்த்ததும் பஞ்ச பூதங்களாகிவிட்டது. ஜீவத் தன்மை வந்து விட்டது. இதன் வல்லமையறிந்த புருடன் எடுத்து கையாடினால் சகல நன்மைகளையும் செய்ய வல்லவனாகிறான்.

ஓம் என்னும் பிரணவபீஜம் மந்திரங்களுக்கு முடிவு கூறவும், சோதிடத்திற்கு நவக்கிரகங்களாகவும், ஆயுள்

தேகத்திற்கு அமுதமாகவும், அல்லது முப்புவாகவும் தலைமை வகிக்கின்றன. இத்தகைய தேடற்கரிய அமுத கலசத்தைக் குறித்து பதினெண் சித்தர்களும் பரிபாஷையில் கூறி நிறுத்திக் கொண்டனர்.

"வாரான எழுவகையும் தோற்றமெல்லாம்
மகத்தான ஓங்கார வடிவ மாச்சு
பேரான வேதமொடு சாஸ்திரங்கள்
பெருகி நின்ற மந்திரங்கள் அஷ்டகர்மம்
நேரான ஜபதபங்கள் யோக நிஷ்டை
நின்றிலங்கும் கெவுன முதல் வசியமார்க்கம்
கூரான வாதமொடு வைத்திய மெல்லாம்
குருவான ஓங்கார குறிதான் கேளே"

என்று அகத்தியர் சொல்வதைக் காண்க. (அந்தரங்க தீஷாவிதி).

அமுத கலசத்தில் ஜீவசாக்ஷி மாத்திரமாய் உள்ள பிரணவத்தை மட்டும் விளக்கிக் காட்டியுள்ளார்; கலசத்தின் வெளித்தோற்றத்தையும் உட்புறக்காட்சியையும் விளக்கினார்களில்லை.

அடுத்து அமுதகலசத்தின் உட்புறக் காட்சியை ஆராய்வோம்.

அமுதகலச உட்புறக் காட்சி

அமுதகலசம் உட்புறக் காட்சி எப்படி இருக்கிற தெனில் சித்தர்கள் வகுத்துள்ள ஆதார நிலைகளும் சக்கரங்களும் மனிதனுக்கு எவ்வாறு அமையப் பெற்றிருக்கிறதோ அதேபோல் இதற்கும் உட்தோற்றத்தில் ஆதார அடுக்கு நிலைகளும் சக்கரங்களும் பதிந்திருக்கின்றன.

1. மூலாதாரம் —குண்டலினி சக்தி பாம்பைப் போல் சுருண்டிருக்கிறது.
2. சுவாதிஷ்டானம் —பிர்மபீடம் நாற்கோணம் தோன்றுகிறது.
3. மணிப்பூரகம் —விஷ்ணுபீடம் பிறைகோணம் தோன்றுகிறது.
4. அனுகதம் —ருத்ரபீடம் முக்கோணம் தோன்றுகிறது.
5. விசுத்தி —மகேஸ்வரபீடம் அறுகோணம் தோன்றுகிறது.
6. ஆக்ஞை —புருவமத்தி சதாசிவம் விந்து காணப்படுகிறது.

இவ்வளவு அடையாளங்களோடு கூடி இருக்கும் பிரணவ பீடமே அமுதகலசம் அல்லது அக்ஷயபாத்திரம் என்று கூறப்படுகிறது.

இதன் ஒருபுறம் பார்க்க சிவிகை போன்றும், ஒரு புறம் குன்று போன்றும், மடுவு போன்றும், அன்னம் போன்றும், ஊது தாரை போன்றும், கருடன் போன்றும், வீரகவசம் போன்றும், இருதயம் போன்றும், குழந்தைகள் எடுத்து விளையாடக்கூடியதும், வேலையாள் பெருக்கித் தள்ளக் கூடியதுமான விஷேத்தன்மையுடைய அற்பப் பொருளாகக் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

பிரணவம் உலகத்திற்கு வந்ததின் காரணத்தை ஆராய்வோம்.

பிரணவம் ஏன் உலகிற்கு வந்தது?

தேவர்களுக்கு சதா இடுக்கண் இழைத்துக்கொண்டு வந்த அசுரர்களை வென்று, தேவர்களுக்கு சாஸ்வத இன்ப நிலை அளிக்கக் கருதியகாலம் நேர்ந்தபோது கிருஷ்ணன் சாகாவரமருளும் சஞ்சீவியைத் தாங்கி நிற்கும் அமுத கலசம் கொண்டுவர ஒரு சூழ்ச்சி செய்தார். தேவர்கள் மரண பயம் நீங்கி வாழ வேண்டின் ஆழிகடைந்து அமுத கலசம் எடுத்து ஆகவேண்டும், இந்த காரியம் தேவர்களால் சாத்தியமற்றது என்று கருதிய கிருஷ்ண[illegible] அசுரர்களையும் தேவர்களையும் கூப்பிட்டு நீங்கள் இரு தரத்தார்களும் ஒற்றுமையுடன் கூடி சப்தசாகரங்களையும் கடைந்து அமுதகலசம் எடுத்தாலொழிய மரண பயம் நீங்கி வாழ முடியாது. சிரஞ்சீவி பதம் பெற்று என்றும் இளமையோடு வாழ இயலாது என்று உபதேசம் செய்து அவர்கள் சம்மதம் பெற்றுக் கொண்டார்.

மந்திரகிரியை மத்தாக்கி, வாசுகி என்னும் கார்க்கோடகனை கயிறாக்கி, தேவர்கள் வால் புறமும் அசுரர்கள் தலை புறமும் நின்று பாற்கடலை கடைய வைத்தார். மந்திரகிரியைத் தாங்க விஷ்ணு கூர்ம அவதாரம் கொண்டு தன் முதுகினால் தாங்கிக் கொண்டார். கடையும் கால் சமுத்திரத்திலிருந்து குதிரை, கற்பக விருக்ஷம், காமதேனு, அப்ஸரஸ், சுரா, கவுஸ்துபம், லக்ஷ்மி, சிந்தாமணி, இவை முறையே ஒன்றின்பின் ஒன்றாகக் கிடைத்தன.

அமுதகலசம் கடைசியில் தன்வந்திரி பகவானால் கொண்டு வரப்பட்டது என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. இந் நிலையில் தேவர்களும் அசுரர்களும் இறுகப் பிடித்து இழுக்க வலி தாளாமல் வாசுகியின் வாயிலிருந்த விஷம்

கசிந்து வெளியாகிவிட்டது. இவ்விஷத்தின் காலாக்னி வேகம் தாளாமல் அசுரர்கள் தேகம் பொசுங்கலாயிற்று. இதை உணர்ந்த சிவபெருமான் அவ்விஷம் கீழ் விழுந்தால் உலகமே பாழாகிப் போகுமெனக் கருதி தன் கரத்தால் வாங்கி விழுங்கி விட்டார். சக்தி பக்கத்திலிருந்தபடியால் மணாளனுக்கு என்ன நேரப் போகிறதோவென்று கண்டத்தை விழுங்காதபடி பிடித்துக் கொண்டாள். விஷமானது கீழிறங்காது கண்டத்திலேயே பரவிவிட்டது. ஆனதால் சிவனுக்கு விஷமுண்ட கண்டனென்று ஒரு பெயர் வழங்கலாயிற்று. முன் கூறிய அமுதகலசமும் மற்றுமுள்ள பொருள்களும் ஒரே பொருளையே குறிக்கும் என்பதை ஆசிரியர் இயற்றிய 'முப்பூகுரு' என்னும் நூலில் காணலாம். பிரணவகலசம் எதற்காக உலகத்திற்கு வந்தது என்று வாசகர்கள் இப்பொழுதும் எப்பொழுதும் உணர்ந்தவர்களே ஆனால் அவை கட்டுக்கதை நிகழ்ந்த சம்பவங்களில்லை என்று நூலாராய்ச்சியுடையோர் கருதுகிறார்கள். நமக்கு அதைக் குறித்து வாதாட்டம் வேண்டியதில்லை. ஓட்டை சட்டியாக இருந்தபோதிலும் கறியாக வேண்டியது முக்கியம்.

புராணங்கள் யாவும் கதையாகவே வைத்துக் கொள்வோம் அதில் கூறியுள்ள ஒழுக்கங்களையும் பிறப்பை ஒழிக்கும் மார்க்கங்களையும், இளமையுடன் என்றும் வாழக்கூடிய தந்திரங்களையும் கூறி இருப்பதை ஏன் எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது. வேதம், இதிகாசம், புராணங்கள், சாஸ்திரங்கள் எழுதியவர்கள் மக்களை ஏமாற்றக் கட்டியதல்ல, மக்கள் யாவரும் நல்ல வழியில் வாழ உலகம் சதமற்றது, உடலும் சதமற்றது; உயிர் மட்டும் அழியாதிருக்க வல்லது; ஆனதால் அந்த உயிரைக் கட்டுப்படுத்த அழியா உடலையும் சித்தி செய்து கொண்டு வாழட்டும் என பெருங்கருணையோடு கூடி, எதிர்கால மக்களின் நன்மையைக் கோரி எழுதி வைத்த நூல்களாகும். புராணங்கள் யாவும் பனித வர்க்க

ஒற்றுமைக்கும், சமாதானத்திற்கும், அறிவு வளர்ச்சிக்கும் வேதாந்த சித்தாந்த சமரச வாழ்க்கைக்கும், ஆயுள் அபிவிர்த்திக்கும் வழிகாட்டும் நூல்கள் ஆகும். சரித்திர வாயிலாக ஆராயப்புகின் "மணிமேகலை" என்னும் தமிழ் நாட்டு மங்கை மணி பல்லவத் தீவில் ஒரு பொய்கையில் அக்ஷய பாத்திரம் கிடைக்கப் பெற்றதாகக் கூறும் நூலும் அன்பர்களுக்குச் சான்றாகும்.

மணிமேகலை அமுதசுரபியைப் பெற்றதும் உலகில் பல பாகங்களிலும் போய் பிணி ஏற்பட்ட பலர்க்காக வேண்டி விழிநோக்கால் அகலச் செய்ததும், ஏகதேசிலதுவைப் போல் பல அரிய பெரிய சம்பவங்களை கருணையுடன் செய்து உலகிற்குக் காட்டியதனால் இன்றும் பழைய நூல்களுக்கு ஆதாரம் உண்டாகியிருக்கிறது. உலகத்தவர்கள் விரும்பும் மாபெரும் ஞானத்திற்கு அடிப்படையாயுள்ளதும், முழுமுதற் பொருளாயுள்ளதும், ஞான சொரூபமாயுள்ளதும், எழுத்துக்களில் முதல் எழுத்தாயுள்ளதாயும் விளங்குவது அகரமாகிய அமுதசுரபியேயாம். அகரமென்னும் அமுதசுரபிக்கே, இராமாயணத்தில் ஆஞ்சநேயர் சஞ்சீவி பர்வதம் கொண்டுவந்தார் என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. ஒவ்வொரு கிரந்தகர்த்தாக்களுக்கும் ஒரே பொருளாகிய பிரணவ பீஜத்தை அவரவர்கள் அபிப்பிராயத்திற்கு ஏற்றவாறு புதிய புதிய நாமங்களைப் புகட்டுவதற்கு இயற்கை அதிகாரமளித்திருக்கிறது போலும்.

அடுத்து அப்பிரணவத்தில் அமுதம் பிறக்கும் காலத்தை ஆராய்வோம்.

பிரணவத்துள் அமுதம் பிரிக்கும் காலம்

"தையுமாசி யென்றேயுறைவார் சிலர்
ஐயனே பனிக்காலமிதல்லவோ
செய்யுங்கங்கையின் நீ டைடியறிந்தவர்
கையுமெய்யு மாகவும் காண்பரே.........யூகி

இக்கருத்துங்கிணங்கவே ஆண்டாள் கருத்தும் கீழ்க்கண்ட பாசுரங்களினுல் வெளியாகிறது.

"தையொருதிங்களும் தரைவிளக்கித்
தண்மண்டலமிட்டு மாசி முன்னுள்
ஐயநுண்மணற்கொண்டு தெருவணிந்து
அழகுனுக்கலங்கரித்த னங்கதேவா
உய்யவுமாங்கொலோவென்று சொல்லி
உன்னையுமும்பியையும் தொழுதேன்
வெய்யதோர் தழலுமிழ்சக்கரக்கை
வேங்கடவற்கென்னை விதிக்கிற்றியே."

திருவேங்கடத்துள் வாழும் திருமால் கையிலுள்ள சங்கு தீர்த்தத்தையும் சக்கரத்தையும், தைமாதம் தோரும் திரிகரண சுத்தியாய், வீட்டை அலங்கரித்து, நான் சிரஞ்சீவியாய் வாழவேண்டுமென்ற அவாவினுல் உன்னையுமும்பியையும் தொழுதேன்.

கோழியழைப்பதன் முன்னம்
குடைந்து நீராடுவான் போந்தோம்
ஆழியன்செல்வன் எழுந்தான்
அரவணைமேல் பள்ளிகொண்டாய்

ஏழைமையாற்றவும் பட்டோம்
இனி என்றும் பொய்கைக்கு வாரோம்
தோழியும் நானும் தொழுதோம்
துகிலைப்பணித் தருவாயே.

திருவேங்கடத்துள் வாழ்பவனுகிய சேஷசயனன் சமுத்திரராஜகுமாரன், நான் கோழி கூவுமுன்பாக அமுதத்தைக் குடைந்து நீராடப் போகும்போது, துயிலெழுந்தான் அவனைக் கண்ணுற்றதும் ஏழ்மை யாவும் நீங்கப் பெற்றேன். நானும் என் தோழியும் தொழுதுபோய் வருகிறோம் என்று விடை கேட்கிறுள். அமுத பானம் பண்ணுவது ஏகாங்கியால் சாதிக்க முடியாது. அதற்கு ஒருவன் உறவு தேவை; அடிமை அல்லது சேவர்க்கம் தேவை என்பதை ஆண்டாள் பாசுரத்திலுைம், மகாபாரதம் அமுதம் கடைய தேரானவர்களுடைய உதவியும் தேவை என்று கூறியிருப்பது புலனுகிறது.

இதுவென்பு குந்ததிந்தோ
இப்பொய்கைக்கு எவ்வாறு வந்தாய்
மதுவின் துழாய் முடிமாலே!
மாயனே எங்களமுதே!
விதியின்மையா லது மட்டோம்
வித்தகப்பிள்ளாய் விரையேல்
குதிகொண்ட ரவில் நடித்தாய்
குருந்திடைக் கூறைபணியாய்.

என்பதைக் காண்க,

"பிரணவமுப்பு" என்பது என்னவென்பதைப் பற்றி அடுத்த அத்தியாயத்தில் ஆராய்வோம்.

பிரணவ முப்பு

"ஆழிகடைந்து அமுதமது ஆக்கரியார் அச்சமத்தில்
ஊழிபரன் உப்பெடுத்து ஊட்டரியார்
ஏழுசட்டை வாங்கி ரசம்கட்டரியார்
வாதிகள்தாம் வையகத்தில் தூங்கிவிழுவாரெனவே
சொல்."

வாதிகள் என்று சொல்லிக்கொள்ளும் ரசவாதிகள் முப்பு வென்று பல மாறுபாட்டான பெயர்களை நம்பி கெட்டுப் போகிறார்கள் எனக் கருதிய பூஜ முனிவர் பெருங் கருணையினால் கூறப்பட்ட மொழிகளாகும். ரசவாத முப்புவுக்கு முதன் முதலாக ஆழியைத் தெரிய வேண்டும்; அதில் அமுதமெடுத்து சுத்தி செய்யத் தெரிய வேண்டும்; அந்த நீரில்; ருத்ர அம்சத்தைப் பெற்ற, தழலுமிழ் சக்கரக்கையாகிய அண்டக்கல் உப்பை ஊட்டக் கொடுக்க வேண்டும். இப்படி ஏழு முதல் பத்து தரம் ஊட்டக் கொடுக்கத் தெரியாத வாதிகள் என்றும் தூங்கிக்கொண்டிருக்க வேண்டியதுதான் என்று கூறுகிறார்.

வாதத்திற்காகாத மருந்து வைத்தியத்திற்காகு மென்று ஒரு பழக்கச் சொல் நம் நாட்டு மருத்துவர்களிடையே உலவிக் கொண்டிருக்கிறது. வாதமென்பது ரசவாத வித்தையாகும். ரசவாதம் சித்தியடைந்தது என்றால் முப்பு எனும் மருந்து கைவல்யமானது எனக் கொள்ளவேண்டும். ரசவாதம் சித்தி பெற்றது என்பதற்குப் பரிட்சை தங்கம் நீங்கலாக மற்ற எட்டு உலோகங்களையும், வாத முப்பு, தங்கமாக்க வேண்டும். அப்படி தங்கமாகும் மட்ட லோகங்களிலும் அடிப்படையாகிய பாதரசம் தங்கமாகிறதே வெகு உயர்ந்த முறை. ரசத்தை மூசையிலிட்டு நெருப்பின் மேல் வைத்தாலும்

கொதிப்புண்டாகும் தருவாயில் முப்பு நீற்றை நூற்றுக்கு ஒன்று ஆயிரத்துக்கொன்று பல்லாயிரத்துக்கொன்று கொடுக்க "இஸ்" எனும் சப்தத்துடன் ரசமானது மருந்தை உறிஞ்சிக்கொள்ளும். தன் உடலிலிருந்த அசுத்தமெல்லாம் தீயில் பொசுங்கப்பட்டு, முப்புவின் சத்தாகிய தங்க சத்துடன் பரிணமிக்கிறது. இத் தங்கம் ரசாயன ஆராய்ச்சிக்கு தேர்ச்சி பெற்றதாகவே இருக்கும். இப்பரீட்சை உண்மையான பின்புதான் மருந்து என்று கூறும் முப்பு, சாஸ்திர யுக்தப்படி முடிவடைந்திருக்கிறது என்று உணரவேண்டும். இப்படி பரிட்சைக்கில்லாத மருந்து வைத்தியர்கள் கையாண்டால் எப்படி குணத்தைத் தரும். உள்ளுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட மருந்து மலத்திலும் ஜலத்திலும் கழிந்து போகும். ஆனதால்தான் வாதத்துக்காகும் மருந்தையே சித்தர்கள் உண்டு காய சித்தி பெற்றிருக்கிறார்கள் என்று விளங்குகிறது. வாதத்திற்கு ஜெயம் கொண்ட மருந்தை அருந்தினால்தான் மலத்திலும் ஜலத்திலும் இறங்காமல் சரீரத்திலேயே வியாபித்து நின்றுவிடுகிறது. ஏனெனில் சரீரம் நான்கு பூதங்களால் கட்டுப்பட்டு தொழில் புரிந்து கொண்டிருக்கிறது. இப்பூதங்களின் மாறுபாட்டினால் தேகம் நோயடைகிறது இத்தேகம் வாத, பித்த, ஐயங்களால் நடைபெறுகின்றது. இம்மூன்று ஆதிக்கங்கள் வாயு, வன்னி, வருண பூதங்களை உடையது. பிரணவம் அல்லது ஓம் என்ற அக்ஷரம் அகர உகர மகரமென்ற மூன்று எழுத்துக்களால் கூடியது. இந்த மூன்றெழுத்தே வாயு வன்னி வருணனாக அமுத கலசத்துள் உள்ளது. இம்மூன்று பூதங்களும் ஒன்றுசேர்ந்துவிட்டால் மறுபடியும் அவற்றைப் பிரிக்கமுடியாது. அத்தகைய மருந்தே காயசித்திக்காகும் மருந்து. இம்மருந்தின் பெருமை கீழ்கண்ட பாட்டினால் வெளியாகும்.

"அருமருந்தொரு தனி மருந்து அம்பலத்தே கண்டேனே; திருநித்தி என்றொடும் மருந்து, தேவாதி மூவர்கள் காணுமருந்து, கருத்தை திருத்தி இருத்தும் மருந்து,

காலனைக் காலாலுதைக்கு மருந்து. அருமருந்தொரு தனி மருந்து அம்பலத்தே கண்டேனே" என்று ராமலிங்கர் கூறியுள்ளார்.

ஆழ்வாராதிகள், நாயன்மார்கள், ஏகிருஸ்து, புத்தர், தாயுமானுர், பட்டினத்தடிகள் இவர்கள் நூலும் படிக்கப் பரவசமாகுமே தவிர பலனுகக் கூடிய பொருள் காண முடிவதில்லை. சித்தர்கள் நூல் ஒன்றே உயிர் வாழ வழி காட்டும். கை பாகம், செய்பாகம், மருந்துகள் விவரம் புலனுகும். உதாரணமாக,

ஆதிமறைகூத முடன் ஆகம சுரோணிதமும்
நீதியுடன்நீறு படநீட்டிடவும் செம்பதினில்
சோதிமிக வானதிது சொர்ணம்வயதே முதுகேள்
வேதையும் வெகுளிது வேணும் வழியாண்டே
—என்ற நாயனுர் பாடலைக் காண்க.

வேதங்கள் கூறும் விந்துநாதப் பொருளை முறைப்படி பிரித்துச் சேர்த்து நீருக்கி செம்பு உருக்கு முகத்தில் துளி மருந்தைக் கொடுக்க ஏழு வயதுள்ள சொர்ணமாகிறது என்று நாயனுர் கூறுகிறுர்.

பெரும்பான்மை மக்கள் வாத சித்தியடைந்ததும் உலக இன்பங்களில் ஈடுபட்டு பேரின்ப நிலை அடைய எண்ணுவதை விடுகின்றனர்; வாதசித்தி என்பது பேரின்ப நிலையை அடைவிக்க முதற்படி என்பதை மறந்து விடுகின்றனர். மற்றும் பலர் வாதசித்தியே தமது நோக்கமாகக் கொண்டு முயன்று வருகிறுர்கள். அவர்களுடைய முயற்சி எல்லாம் வகாரம் சித்தியானதும் அத்துடன் நின்று விடுகின்றது. வாதசித்தி என்பது பேரின்பத்தை அடைவிக்கும் ஓர் எளிய மார்க்கம் என்பதை நாம் மறந்துவிடக் கூடாது. வாதசித்தியின் மூலம் காயசித்தியும் யோகசித்தியும், அடைய வேண்டியவர்களுடைய நன்மைக்காகவும், இடம், பொருள், ஏவலுக்காகவும் வாதசித்தியை மற்றுமுள்ள சித்திகளுக்கு முன்னதாக வைக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆனதால் வாதசித்தியைக்

கொடுக்காத மருந்து குப்பையில் கொட்டுவதே நலம். வாதத்திற்காகாத மருந்து சித்துமுறைப்படி வைத்தியத்திற்கு முற்றிலும் ஆகாதென்று கொள்ளலாம்.

"எட்டெட்டுங் கட்டியிருக்குமேற்றியினிற் விட்டோடும்
நோய்களெல்லாம்"

என்று ரூதம்பைச் சித்தர் கூறுகிறுர்.

எட்டெட்டுங்கட்டி என்பது ஆடுஞ்சாக்கு அறுபத்து நான்கு பாஷாணங்களும் கட்டுப்பட்டு நெருப்புக்கு ஜெயித்து நிற்குமாறல், வாதபித்த ஐயங்கள் தங்கள் நிலை வழுவாது சரீரத்தில் தொழில் புரியும் அப்பொழுது ரோகங்கள் நெருங்காது. இப்படி செய்யக்கூடியதே அகர உகர கற்பங்கள், முப்பூ மற்ற பாஷாணங்களைக் கட்டி கண்ணம் செய்வித்து மனிதர்களின் ரோகங்களை கண்டித்து நாலாயிரத்து நானூற்று நாற்பத்து எட்டு நாடிகளையும் சுத்தமாக்கி இயங்கும்படி செய்விக்கிறது. சித்த வேதத்தில் கூறப்பட்ட பிரணவ முப்பு என்பது ஒரு பொருளேயாகும். ஆனுல் மூன்று பூதங்களாலானது. அதன் குணமோ வாயு வன்னி வருணனும் கூடிடில் தேயத்தேயச் செம்பொன்னிறமாயிடும் என்றுர் நாயனுர். இக்கருத்தை ஒட்டியே வள்ளுவரும்,

பிணிக்கு மருந்து பிரமன் அணி இதழ்
தன்நோய்க்குந் தானே மருந்து: என்றுர்.

பிரமன் மார்பில் தாங்கி நிற்கும் நவரெத்னங்களிலும் சிரேஷ்டமாகிய முப்புரி நூல் எனும் ஜீவ ரெத்னத்தை எவன் உணருகிறுனே அவன் தன்நோய்க்கு அவ்வணியிழையாலாக்கப்பட்ட மருந்தை அமுதமாகக் கொள்ளுகிறுன் என்பது பொருளாகிறது.

"வீழ்நாள்படா அமை நன்றுற்றின் அஃதொருவன்
வாழ்நாள் வழியடைக்கும் கல்" என்றுர் வள்ளுவர்.

மூன் கூறிய பாட்டுடன் நில்லாது மருந்து என்பது உணராது பல பொருளை நாடித்திரியும் மனிதற்கு அந்த மருந்து கல்லாக இருக்கிறது என்று பொருள் படும்படி கூறி இருக்கிறார். எவனொருவன் கருமயோகத்துக்குரிய அண்டக்கல்லை, அரும் மருந்தை நன்குணருகிறானோ, வையாளுகிறானோ அவன் வாழ்நாளில் மரண பயமற்று இரவு பகலின்றி, யுகமெல்லாம் ஒரு நாளாகவும் கருதாது ஒரே நிலையில் இருளற்ற பகலவனைப் போல் நித்யானந்த வாழ்க்கையில் நீடூழி வாழ்வர் என்று கூறுகிறார்.

''அப்பு உப்பு கம்பியுப்பது மூன்றினால்
மூப்பு முடிந்தது காண் மூலப்புளி மூப்பு முடிந்தது
காண் என்றார்'' நாயனார்

முதற் சொல்லாகிய அப்புவே, உப்பு கம்பியுப்பானது என்று பொருள்படக் கூறியதாகும். அப்புவும் உப்புவும் ஒன்றுதான் என்பதற்கு ஆதாரம்.

ஏகவஸ்துவென்றுசொல்லி இனியும் ஞானவெட்டியில்
பாகமாக செப்பிய பனுவலை மறந்துமே
நாகம்போலச் சீரியே நாளிலத்தில் சுற்றினால்
ஆகுமோ நன்முப்பு முறை ஆண்டே முடியாததே.

என நாயனார் வெளிப்படையாக காட்டிவிட்டார். இதனால் பிரணவ முப்பு ஒரு பொருள் என விளங்குகிறது.

இதன்பின் அகரத்தின் அந்தரார்த்தத்தைப் பற்றி பார்ப்போம்.

அகரம்

பிரணவ பீஜாக்ஷரத்திற்கு அகரமென்று பெயர்.

''அகர முதலவெழுத்தெல்லாம் ஆதி
பகவன் முதற்றே உலகு''—வள்ளுவர்.

உலகத்தில் தோன்றிய மொழிகளுள், ஒலி வடிவுடன் வரி வடிவம் பெற்றவை 99 மொழிகளாகும். இவை யாவும் மொழி முதற்சொல்லாக அகரத்தைக் கொண்டிருப்பது கவனிக்கத் தக்கதாகும். இவ்வொற்றுமையானது அசம்பாவிதமாக ஏற்பட்டதாகக் கொள்ள முடியாது. மொழிகளைத் தோற்றுவித்தோரும், மொழி நூல் வகுத்தோரும், அகரத்தின் உண்மையை அறிந்து அதனை முதலில் வைத்திருக்க வேண்டும். தனித்தியங்க வல்ல உயிரெழுத்துக்களில் முதலெழுத்தாக விளங்கும் தன்மை பெற்றது அகரமாகும். அதே போல் உலகம் பஞ்ச பூதங்களால் தோற்றப்பட்டது. அவற்றுள் வான் வெளியை ஆதியும் அந்தமுமற்றதாகக் கொள்ளப்படுகிறது. எழுத்துக்களில் முதலாம் பூதமாகவும் கருதப்படுகிறது. ''அகரமாகின்றேன்'' என கண்ணபிரான் கீதையில் உபதேசிக்கிறார். ஆகையால் உலகத்திற்கு முழுமுதற் பொருளாக வெளிப்படத் தோன்றியதே அகரம்; இவைகளின் பிரதி பிம்பம். சகல ஜீவர்களும் அகரமாகிய கண்ணன் அல்லது கந்தன் மூலமாகத்தான் இறைவனை அடைய முடியும் என்பது திண்ணம்.

கண்ணனல்லாலில்லை கண்டீர் சரணது நிற்க வந்து
மண்ணின் பாரம் நீக்குதற்கே வடமதுரைப்பிறந்தான்
திண்ணமாறும் முடைமையுண்டேவ வனடி சேர்த்துய்மினோ
எண்ணவேண்டா நும்மதாது மவனின்றி மற்றில்லையே.''

"அகாரத்துள்ளே அநேக நேக ரூபமாய்
உகார காரணத்துள்ளே உருத்தரித்து நின்றனன்
மகார காரணத்துள்ளே மயங்கி நின்றவையகம்
சிகார காரணத்துள்ளே தெளிந்ததே சிவாயமே."

(சிவவாக்கியர்) வாம பூசையென்பது என்ன?

"விரும்பி மனங்கொண்டு சிவபூஜை கேளு
வேதாந்த சின் மயத்தை மெய்யிற் கொண்டால்
வரும்பிற விதனைய கற்றும் சிவமே தென்றால்
வகையுடனே சொல்லுகிறேன் அகரமாச்சு"

என்பது கவனிக்கற்பாலது.

அகர, உகரம் கூடி மகரமான ஜலமே திருத்துவம். மகரமாகிய வானநீர் திருமூர்த்தி அம்சமானதால் உலகம் மயக்கமடையும். அகர, உகர, மகரமானது யாவும் சிகார மாகிய சடத்துள் அடங்கியுள்ளது. இந்த இரகசியம் உணரப் பெற்றால் சிவமெனும் பொருள் தெளிவாகும்.

ஆகவே அகரம் எண்ணில் எட்டாகவும் எழுத்தில் முதல் எழுத்தாகவும், தொழிலில் சிவமாகவும், பூதங் களில் அக்னியாகவும், பாலில் ஆண்பாலாகவும், கிரகங் களில் சூரியனாகவும், கலையில் பன்னிரண்டாகவும், மருந்தில் வித்தாகவும், விந்தாகவும், கல்லுப்பாகவும், அண்டமாகவும், யோக நாடிகளில் அண்ணாக்காகவும், இடங்களுக்குத் தக்க பொருள் ஒரே அகரத்துக்கு ஏற்படு கின்றது. இதனால் உலகத்தில் தோன்றிய எண்ணிறந்த தமிழ் நூல்கள் சித்தர்கள் வகுத்துள்ளார்கள். எனினும் அகஸ்தியர் வர்க்கத்தில் கடைசியில் தோன்றிய திருவள்ளுவ நாயனார் இயற்றிய நூல்களே யாவற்றிலும் சாலச்சிறந்தது எனக்கொள்ளல் வேண்டும். கீழ்க்கண்ட பாடலை நோக்குக.

"அகர வுயிரெழுத்தனைத்து மாகி வேறு
யமர்ந்ததெனவ கிலாண்ட மனைத்துமாகிப்
பகர்வனவெல்லா மாகி யல்லதாகிப்
பரமாகிச் சொல்லரிய பான்மையாகித்
துகளறு சங்கற்ப விகற்பங்களெல்லாந்
தோயாத வறிவாகிச் சுத்த மாகி
நிகரில் பசுபதியான பொருளை நாடி
நெட்டுயிர்த்துப் பேரன் பானினைதல் செய்வோம்."

அடுத்து உகரத்தைப் பற்றி ஆராய்வோம்.

உகரம்

முன் விளக்கிய அகரமே அஷ்டாக்ஷரம் என்றோம். அகரமே முதலில் அமுரியாயிருந்தது. அமுரியே அகரம்.

"அருந்தவமாய் நின்றதொரு ஆதாரபீடம்
ஆறரியப் போறார்கள் ஆதிவிந்து
திருந்திய தோர்விந்துவென்றால் கெங்கை கெங்கை
திருவான கெங்கையடா அமுரிதானே"

என்கிறார் அகத்தியர் (அந்தரங்கதீக்ஷா விதி)

அஷ்டாக்ஷரமாவது அமுரி புளி என்றார் நாயனார். அகரத்துக்காகியது அமுரி. அகரம் சந்திரன், தண்ணீர், நாதமாயுள்ளது. நாதமாகிய அகரம், முதலா அல்லது விந்தாகிய உகரம் முதலாவென்று ஆராய்ந்தால் பிரணவ பீஜத்திற்குத் தலை கீழும் கால் மேலுமாக உள்ளதே நாதமாகிய அமுரி. அகரம் என்பது முதல் தோற்றுவிக்கப்பட்டது. கந்தனுக்கு முன் பிறந்தவன் என்றோம் விநாயகரை; அதாவது அகரமாகிய விநாயகர் உகரத்திலிருந்து தோன்றியதே அகரமாகிய கந்தன் அல்லது குன்னைன். ஆனதால் இரு பொருளாக உள்ளதே ஆதியில் விந்துநாதமாயிற்று, கீழ்கண்ட பாடல்களை படித்து சிந்திக்கவும்.

விந்துவுடன் நாதம் கூடிவிளைந்துமே இருக்கையில்
கொந்துமேனி வேறதாக நோக்கினால் கிடைக்குமோ
சந்திரன் கலையினால் ஜனித்த நாதம் விந்துவாம்
அந்த கள்போல் சுற்றிலனாகப் படுவதில்லையே.

என்றார் நாயனார்.

"விந்து நாதமென்று சொன்ன மேதினி புரட்டெடாம்
வந்த விதமேது ரெண்டு வாரதாக வாய்க்குமே
அந்த நாதமே யறிந்தால் விந்துவேறு இல்லையே
இதுமறைத்த பூட்டறியு மாண்டையே."
"சிவமும் சத்தி சிவத்துள் ளிருப்பதாம்
கவனம்வேணும் கனகம் உன்றுக்குள் தான்
மௌனவாலைமதி கொண்டு ஊட்டினால்
கவனமேது சாரத்தினால் கட்டுமே."
நாதமென்ற உப்பினோடு கலின்ற விந்து கூடியே
ஆதிகார சாரத்தாலே அமர்ந்தது சொல் முப்புவும்
நீதியாக இந்த அந்த ரங்கங்கண்டு நேர்த்தியாய்
சாதனை செய்வாருமாகில் சண்டனேது ஆண்டையே.

அண்டவித்தை வெருகனுவு உதகங்கண்டாலாடுகிற வேகமெத்த.

பண்ணைத்தொலையாத பாதகர் தம் — விண்ணை இலே தானொடுங்கி நலத்தோர்க் காய்தான் வீழும் வானுதகம் வந்ததிறுவாம்.

உப்புத்திரைகடல் மேனுசரமும் மண்மேலே அப்புங்களிரண்டும் ஆகாசம். — என்பதைக் காண்க.

உகரம் இலக்கத்தில் இரண்டாகவும், தொழில் சக்தியாகவும், பூதங்களில் மண்ணாகவும், பாலில் பொண்பாலாகவும், கிரகங்களில் சந்திரனாகவும், காலையில் பதினாறாகவும், மருந்தில் விந்தாகவும், யோகநாடிகளில் உண்ணாக்காகவும் சித்தர்கள் இடங்களுக்குத் தக்கபொருள் படும்படி எழுதிவைத்துள்ளார்கள்.

எண்ணும் எழுத்தும் கண் எனத்தகும். அகரம் எண்ணில் எட்டாகவும், எழுத்திலே அகரம் முதலாகவும் உள்ளது. இதன்பிறகு அகர உகரத்தைப்பற்றி சுருக்கமாய் ஆராய்வோம்.

அகர உகரம்

இதுவரை கூறப்பட்ட பிரணவத்துள் அகர உகரங்கள் தனிமையில் தொழில்புரிய சக்தியற்றன. எப்படி வான் வெளி இல்லை என்றால் கிரகங்கள் தொழில் புரிய முடியாதோ அதேபோல் அகரத்துக்கு உகரமின்றி இயங்க சக்தி கிடையாது. அகரமும் உகரமும் ஒன்று சேர்ந்ததற்கே எட்டும் இரண்டும் பத்து என்ற பெயர். இப்படி இவை இரண்டும் கூடினால் நாயனார்.

"எட்டிரண்டும் பத்து இனியதொரு தீதை
அட்டமாசித்தி விளையாடுமே."

என்றார்.

அகரம் வன்னிபூதமாயும் உகரம் ஜலம் காற்றோடு கூடியதாயும் இரண்டும் உறவாக்குவதற்கே தீதை என்றார். இப்படி உறவாக்கப்பட்ட பொருளால் அணிமாதி அஷ்ட சித்துக்களையும் ஆடலாம் என்று கூறுகிறார்.

இக்கருத்தையேதான் ஆண்டாள் திருப்பள்ளி எழுச்சி கூறியபோது,

"பாவைக்குச் சாற்றி நீராட்டினால்
தீங்கின்றி நாடெல்லாம் திங்கள் மும்மாறி பெய்யும்."

என்றாள். பிறகு பாவை பாலாழியில் அவதரித்தது என்பதற்கு,

"ஆழி என் செல்வன் எழுந்தான்"

என்றாள். இக்கருத்துக்கிணங்கவே,

அலையிலே வழிந்தாடி யசைந்தது
சிலையதாய் மதியாகத் திரண்டது

மயிலே வரும்மங்கை மகத்துவம்
தலையிலே சிவசத்தியின் தீதையே.

என்றார் பூகிமுனி. இவரைப் பின்பற்றிய நாயனார்.

"அலைமோதியமேரு நுரையாகச் சேர்ந்து அருணன் பட மலைமேவியுப்பு நிலவிந்து வீசி வாருதியால், கலையாயீரெட்டு ஜலநீரும் கட்டி கல்லுப்பதாய் விலைமேவிய சோனகர் பெரியோர்கள் வாங்கும் விற்பனையே" என்றார். இதன் கருத்தோ ஆழ்ந்தது. அமுதகலசத்திலுள்ள நீர் அலையினால் மோதப்பட்டு ஆடி அசைவு ஏற்பட்டதினாலும் சூரிய கிரகவெப்பத்தினாலும் சிலைபோல் இரண்டு கட்டியது. எப்படி சிவசத்தி தீதை முறைப்படி இரண்டாவது பாட்டில் அலைமோதும் கடலில் நுரை கிளம்பி சூரிய வெப்பத்தினால் இரண்டு கல்லுப்பாகக் கட்டியது போல், பதினாறு கலைகளையுடைய சந்திரன் ஜல அம்சத்தை யுடையவனாதலால் சூரிய வெப்பத்தினால் அமுதகலசத்துள்ளிருந்தபடியே இரண்டு கல்லுப்பாய் கட்டி சூரியனை யொத்த வடிவாகி இருக்கிறது.

எப்படி விண்ணொளி கண்ணொளி என இரண்டாகக் குறிப்பிட்டாலும் இவற்றுள் ஒன்று இன்றி மற்றது பயன்படாதோ அதேபோல் அகரம் உகரத்தினாலானது நாதத்தினால் ஜனித்ததே விந்து என்பதை விளக்கவே நாயனார் "அந்த நாதமேயறிந்தால் விந்து வேறு இல்லையே" என்றார். ஒருவனுக்கு பரிசுத்தமான பார்வை இருக்கலாம் ஆனால் அவன் இருட்டறையில் எதையும் காண முடியாது. அறையானது கோடிசூரியப் பிரகாசமாயிருக்கலாம். அந்தகன் அதில் எதையும் காணமுடியாது. இதனால் பார்வைக்கு பழுதுபடாத கண்மட்டும் ஒளியைக்காணும் வெளியொளியும் நம்முள் கலந்திருப்பதால் அது அதையே பார்த்துக் கொள்ளுகிறது. ஆனதால் கண்ணொளியும்விண்ணொளியும் ஒன்றேயாம். அறிவை அறிவாலறியக்கூடிய நிலை. விகற்பமற்ற இந்நிலையை எப்படி

கண்ணொளி என்றும் சூரியனைப் பார்த்து விண்ணொளி என்கின்றோமோ அதேபோல் உள்ளதுதான் அமுத கலசத்திலுள்ள விந்து விளைவுக்கு நாதம் காரணமாக இருக்கிறது.

மண்ணுந் தண்ணியும் மருவிய போதினில்
பெண்ணும் ஆணும் பிறந்தது போலவே
விண்ணனிலாடி விளங்கும் மறைத்துளி
கண்ணிலேதரும் காரமும் சாரமே.

என்றும்,

காரமே சில சாரம தாய்விடும்
சாரமே சில காரம தாய்விடும்
பூரமேயுற வாகவும் புக்கினால்
வீரம்மேவி விளைந்திடும் வேதையே.

என்றார் நாயனார்.

மேற்சொன்ன அகர உகரம் சேர்ந்த பொருளிலிருந்து வெளியாவது மகரமென்று சொல்லப்படுகிறது. அதைப் பற்றி சற்று ஆராய்வோம்.

மகரம்

ரவிமதியும் ஒன்றானால் மாளுவதேன் மாள்வதில்லை. என்றபடி. அகரமாகிய சூரியனும் உகரமாகிய சந்திரனும் ஒன்றுகூடி வாலையின் வழியாக வடித்து எடுத்த பொருளுக்கே மகரம் அல்லது மகாமுப்பு திராவகம் எனப் பெயர் (The True Spirt of all things) இவை இரண்டும் இயற்கையில் தாமரையும் தண்ணீரும் போல் அதே கலசத்துள் இருக்கின்றன. இதன் திராவகத்தை வாலுவைகத்தின்றி எவராலும் பிரிக்கவே முடியாது. திருமூர்த்தி சொரூபமாகிவிட்டது. இவ்வீரின் பெருமையை கீழ் கண்ட பாட்டினால் உணரலாம்.

தண்ணீராம சிவகங்கை சுத்தகெங்கை
தாயான பிராணனுமே சந்திரபானம்
கண்ணீராம் சத்தி எனும் ஈர்தத்துள்ளே
கலந்த பரபிரம்ம விந்து கலந்ததாலும்
ஒன்றான சுக்கிலமும் குருவுமாச்சு
ஓகோகோ தங்கரத முதித்ததம்மா
மண்ணோடு புல்முதலாய் ஏமமாச்சு
மாறாமல் இந்திரன்போல் வாழ்வுண்டாச்சே.

முன்முப்பு திராவகத்தை விளக்கினோம். இப்பாட்டினால் அகர உகரங்களை குரு கண்ணமாகவும் ஆக்கலாமென்று அகஸ்தியர் கூறுகிறார். பிரணவத்துட் பொருள் இரண்டே என்பது இப்பாட்டினால் விளங்கிக் கொள்ளலாம்.

"அப்புஉப்பு என்று செரல்லும் அரியகுரு சுத்தநீர்
இப்புவிச் சரக்குகட்கு ஏமனு மிருக்கையில்
வைப்புவைத்த உப்பைவிட்டு வல்லமைகள்பேசினால்
தப்புண்டாகும் பொய்மை இல்லைசயிலநீ ரதிந்திடே."

என்றார் நாயனார்.

அகர உகர உப்புகளால் வடிக்கப்பட்ட திராவகம் ஓடக்கூடிய பாஷாண சரக்குகளை நெருப்பில் வைத்து சுருக்கு கொடுக்கவே நெருப்புக்கு ஜெயித்து கட்டுப்பட்டு நெருப்புடன் நெருப்பாக இருக்கும். இதன் உண்மை உணராது மனம்போனவாறு செய்தால் தப்பு ஏற்பட்டு விடுமென்பது நாயனார் கருத்து.

உலகிலே பற்பல காலங்களிலே பல்வேறு மதங்கள் தோன்றின; தோற்றுவிக்கப்பட்டன என்றாலும் சமயவாதிகளில் பலர் உண்மையை, பிரணவத்தை, உணர்ந்தவர்கள் ஆவர். சமயவாதிகள் தங்கள் கருத்துப் படி உலகில் வாழும் மக்களுக்கு புதுமைகள் செய்து காட்டி, மயக்கி தங்கள் கொள்கைகளை பூர்த்தி செய்து கொண்டார்கள். இவர்களுக்கு காண்டமபமாகவும், தற்காப்புக் காகவும் அடிப்படையாகக் கொண்டது பிரணவமே.

சமயத்தை சார்பவர்கள் உயிர்வாழும் காலமெல்லாம் சண்டையிட்டுக் கொண்டிருப்பர். இவர்கள் இறைவன் நிலைக்கும் அன்புக்கும் வெகு தூரத்தில் இருக்கிறார்கள். பிறப்பறுக்கும் ஞான சொரூபமாகிய பிரணவபீஜம் உணர அவா கொண்ட மெய் அன்பர்களும், பிரணவ பீஜத்தை உணர்ந்து கையாளும் சித்து புருஷர்களும் மதத்தைத் தழுவ அவசியம் கொள்ளமாட்டார்கள். மதங்கள் தோன்றுவதற்கும் அக்கால சூழ்நிலைதான் காரணமாக இருந்திருக்கவேண்டுமே தவிர, சமயவாதிகள் மேல் தப்பெண்ணம் கொள்ளவே முடியாது.

சகல ஜீவர்களும் முடிவில் யார் யார் எந்தெந்த மதத்தைத் தழுவின போதிலும் சரி, அவர்கள் இரண்டற்ற நிலையை அடைய பக்குவ காலம் சமீபிக்கும்போது ஓதுவதற்கரிய, சித்தாந்த மாதி முதலாகிய பிரணவ பீஜத்தின் மூலமாகத்தான், முக்தி அடையவேண்டும். இவ்வுண்மை புணரப் பெற்றதும் எம்மதமும் சம்மதமென்ற மனோபாவம் ஏற்பட்டுவிடும்.

உலோகங்கள் பலவாகக் காட்சியளிப்பினும் அவற்றின் சாரமாகிய முதற்பொருள் விந்து அல்லது பாதரசம் ஒன்றே. முதிராப் பருவம் லோகங்களுக்குள் எப்படியோ அதேபோல் மதங்கள் பலவாகத் தோன்றினும் உண்மைப் பொருளாகிய குமரன் அல்லது முருகன் கடவுட் தன்மை வாய்ந்தவராயிருந்தும் இளம் பருவமானதால் அடிப்படைக் கடவுளாகக் கொள்ளப்படுகிறது. கடவுளாகக் கருதப்படும் பிரணவ பீஜத்தை உணர்ந்து காயகற்பம் செய்யில் மனச் சுத்தியும், காயசுத்தியும் பெற்றதும் குற்றங்கள் யாவும் அனலைக் கண்ட மெழுகென கரைந்து சுத்த சரீரத்தைப் பெற்று விடலாம். இவ்வுண்மையை உணர்ந்து ஆண்டு அனுபவித்த ஜெர்மன் தேசத்து பேராசிரியராகிய ஜேகோப் பொஹிமி என்பவரும் உடலையும் உள்ளத்தையும், பரிசுத்தம் செய்து மக்களை புனிதர்களாக்குவது பிரணவ பீஜம் (Philosophers' Stone) என்று கூறியிருப்பதும் கவனிக்கத் தக்கது.

"எட்டிரண்டும் அறியாத ஏழை நானே"

என்று மகான்கள் கூறுவதிலிருந்து அவைகள் கிடைக்கப் பட்டால் ஏழ்மை நிலை மாறி இந்திரனுக்கொப்பாகிய செல்வம் படைக்கலாமெனக் கருதியே அப்பொருள் களைப் பெற அவா கொண்டிருக்கிறார்கள் என்று புலனாகிறது. எட்டிரண்டின் பெருமை தெளிவுபட சமீபத்தில் தோன்றிய இராமலிங்க சுவாமியும் தன் அபிப்பிராயத்தை கூறியுள்ளார்.

பெட்டியதி லுலவாத பெரும் பொருளொன்றுண்டு
பெறுகவென அது திறக்கும் பெருந்திறவு கோலும்
எட்டிரண்டு மறியாதேன் என் கையிலே கொடுத்தீர்
இதுதருணம் திறந்ததனை எடுக்க முயல்கின்றேன்
அட்டிசெய்ய நினையாதீர் அரைக்கண முந்தறியேன்
அரைக்கணத்துக் காயிரமாயிரம் கோடியாக
வட்டியிட்டு உம்மிடத்தே வாங்குவனும் மானை
மணிமன்றில் நடம்புரிவீர் வந்தருள்வீர் விரைந்தே.

என்பதைக் காண்க.

பிரணவப் பெட்டகத்திலுள்ள கோஜம் பீஜம், என்னும் எட்டையும் இரண்டையும் இன்னது என்று அறியாதவன் விடத்தில் கொடுத்து அதைத் திறந்து எடுத்து இகபர சாதனத்தை பூர்த்தி செய்துகொள் என்று திறவுகோலையும் கொடுத்தாய். நான் இப்பொழுது திறந்தெடுக்க முயற்சி செய்யும் தருணம் தடை செய்ய நினைத்துவிட வேண்டாம். அப்படி செய்தாலும் மறுபடியும் உம்முடைய தயவினால் ஒன்றுக்கு கோடி அதிகமாகவே உம்மிடமிருந்து பெற்றுக் கொள்ள முடியும் என்று கூறுகிறார்.

அடுத்து பிரணவத்திற்கும் பஞ்சபூதத்திற்கும் என்ன தொடர்பு என்பதை ஆராய்வோம்.

பிரணவம் பஞ்சபூதமெனல்

இதுவரை பிரணவத்தின் ஏகாக்ஷரத்தை பீஜாக்ஷரமாகவும், இரண்டாகிய அக்ஷரத்தை கோஜாக்ஷரமாகவும் இவை இரண்டையும் வாலையில் வடித்ததும் மூன்று பூதங்களென்றும் அமுத கலசத்துள்ளிருக்கும்போது பிருதிவியும் சத்துடனிருத்தலால் நான்கு பூதமென்றும் இந் நான்கும் சேர்ந்தவிடத்தே ஆகாயம் இல்லாதவிடமில்லாததால் பஞ்ச பூதங்கள் என்று கூறினோம். உலகம் பஞ்ச பூதங்களால் ஆனது. மனிதன் பஞ்ச பூதங்களால் கட்டுப்பட்டவன். அதேபோல் இயற்கையின் சிருஷ்டிப்புகளில் முதன்மை பெற்றதும் பிரணவ பஞ்சபூதமாம். இறைவன் நிலையையுணர்த்தும் இன்பமயப் பொருளாகிய பிரணவ பீஜத்தை அன்பர்களின் இகபர சாதனத்துக்கென்று படைக்கப்பட்டிருக்கிறது. எவனொருவன் இயற்கையின் பஞ்சபூதத் தத்துவங்களையும், அவற்றின் குணங்களையும், அடுக்கு நிலை தொத்தங்களையும், சத்துமித்துத்துவங்களையும், உலகத்துக்கும், மனிதனுக்கும், பிரணவத்திற்கும் எந்த வகையில் ஒற்றுமை இருக்கின்றன என்பதை நன்கு ஆராய்ந்து அறிகின்றானோ அவனே துரியம் கடந்த மௌன வெளியை அறிந்து அடைவான்! இயற்கை தோற்றத்துள் மண்ணும் தண்ணீரே கண்ணுக்குப் புலனாகிறது. அதேபோல் அமுத கலசத்துள்ளும் அல்லது சித்தருலகத்துள்ளும் கோஜபீஜம் தண்ணீராகவும் மண்ணாகவும் கொள்ளப்படுகிறது. இந்த மண்ணும் தண்ணீரே சிவமும் சக்தியாகவும், பெண்ணும் ஆணாகவும், காரசாரமாகவும் கருதப்படுகிறது. மண்ணில் நெருப்பு மறைந்திருத்தல் போல் பிரணவ கலசத்துள்ளிருந்தும் ஆதிசேஷனாகிய சர்ப்பத்துள் நெருப்பாகிய அண்டக்கல் மறைந்திருக்கிறது தண்ணீருடன் காற்று

உறவாகிய தன்மைபோல், அமுதத்திலும் காற்றுகூடி இரண்டும் கட்டுப்பட்ட முறையில் அமுத கலசத்துள் இருக்கிறது. காற்றும் நெருப்பும் கண்ணுக்குத் தோன்றுதன. சிவத் தன்மையுடையது. மண்ணும் தண்ணீரும் சக்தியின் தன்மையுடையன.

ஓமெனும் பிரணவத்துளுதித்த ஐந்தெழுத்துமாகி
ஆமெனும் மகாரபீடத்தமர்ந்திடும் வாசிகண்டு
ஊமெனும்மௌன முற்று ஊறிடும் மதிப்பாலுண்டு
நாமெனும் நாகைநாதர் தாண்டவம் பார்ப்பாய் நெஞ்சே

ஓம் என்ற பிரணவமே ஆதிவஸ்துவாம். ''ஆ' மென்று ஆடினது ஓங்காரந்தான். அடிமுடியாய் நின்றதுவும் ஓங்காரந்தான் என்று அகத்தியர் சொல்கின்றார்.

இதையே கருவூரார்

'' ஆமெனவும் ஊமெனவு மிரண்டுங் கூட்டி
யப்பனே ஓமென்ற மூன்று மொன்றாய்
நாமெனவுந் தாமெனவு மொன்றே யாகும்
நல்லவர்கள் அறிவார்கள் காமிகாளுர்''

என்றார்.

ஓம் என்றாலும் பிரணவம் என்றாலும் பஞ்சபூதம் அல்லது ஐந்தெழுத்தென்றாலும் ஒரே வஸ்துவை அமுத கலசத்தைக் குறிப்பிடுகின்றன. அகரத்துடன் லயமாய மர்ந்திருக்கும் வாசியும் அமுதமும் மூன்றும் ஒன்றாக்கி வாலையின் வழியே வழிந்திடும் மதிப் பாலை உண்டு காயசித்தி பெற்றதும் உஸ்வாஸ நிஸ்வாஸமற்றுவிடும். அப்பொழுது வாசிலயம் செய்தால் சந்திரமண்டலம் இளகி இறைவனின் ஒளிகண்டு களிப்புற்றிரு என்று நெஞ்சறி விளக்கம் கூறுகிறது.

''பஞ்சபூதம் ஒன்றுசேர்ந்து பார்தனிற் படிந்துமே
மஞ்சுலாவு வாசியோக வாழ்வினிற்கு ளாதியாய்
மிஞ்சியே படர்ந்தமூலி வேதையிற்கு மேருமே
வஞ்சமும் மறைப்புமில்லை வழலையின்றன் போக்கிதே.''

நெஞ்சறி விளக்கத்துக்கிணங்க நாயனாரும் வழலை என்ற சவுக்காரம் பஞ்ச பூதங்களாலாகிய கல்லை நீர் என்றும், வாசியோகத்திற்கும் ரசவாதத்திற்கும் மூலப் பொருள் என்றும் வெளிப்படையாகக் கூறி இருக்கிறார்.

இப்பொழுது பஞ்ச பூதங்களைப் பற்றி ஆராய்வோம்.

ந—மண், தங்கம், சீனம் அல்லது கல்லணம்.

ம—நீர், காரீயம், வெடியுப்பு.

சி—நெருப்பு, செம்பு, கரியுப்பு.

வ—வாயு, இரும்பு, நவசாரம்.

ய—ஆகாயம், நாகம், நவசாரம்.

பஞ்சபூத எழுத்துக்களையும், பூதங்களையும், அதற்கான உலோகங்களையும், உப்புகளையும் விளக்கினோம். இவற்றின் சத்துருவால் கொன்று மித்ருவால் எழுப்புதலே இயற்கையை நன்குணர்ந்தவர்கள் செய்யும் ரசவாத வித்தை.

நமசிவய என்ற அக்ஷரங்களால் எப்படி சரீரம் கட்டப் பட்டிருக்கிறது என்னும் உயர்ந்த கருத்தை வேறு எந்த மொழிகளிலும் இணைக்கப்படவில்லை. தமிழ்மொழியின் அக்ஷரங்கள் உடற்கூற்றை விளக்கும் பெருமை வாய்ந்தது.

இதே போல் பிரணவத் தோற்றமாகக் கொள்ளும் ஓம் என்ற அக்ஷரம் பிரணவமல்ல, பிரணவத்தை தாங்கி இருக்கும் அமுத கலசத்தின் வெளித்தோற்றத்தை விளக்கி உள்ளது வடமொழியாகிய நாகரம். நாகரம் பிரணவ பீடத்தை விளக்கியதுபோல் வேறு எந்த மொழிகளும் விளக்கவே இலலை.

அடுத்து பிரணவத்தின் ஆண் பெண் விவரத்தைப் பற்றி ஆராய்வோம்

பிரணவ ஆண் பெண் விவரம்

ஆண்	பெண்	ஆண்	பெண்
அகரம்	உகரம்	ரவி	மதி
அமுரி	புளி	பீஜம்	கோஜம்
சூரியன்	சந்திரன்	பரி	குதம்
சிவம்	சத்தி	வீரம்	பூரம்

திருத்துவம் (Trinity of God)

வாயு, வன்னி, வருண பூதங்கள் ஒன்று சேர்ந்து பஞ்ச பூதங்களால், திருமூர்த்தி அம்சம் அடைந்த நீரை, எந்த வகையிலும் பிரிக்க முடியாத நீராகும்.

(ஆசிரியர் இயற்றிய "வாத வைத்தியத்துக்காதி" என்னும் நூலில் உப்பு புளி சரக்குகள் நாதவிந்து சரக்குகளைப் பற்றி விரிவாய் சொல்லியிருப்பதைப் பார்க்கவும்.)

அண்டக்கல் முப்புச் சுண்ணம்

'ரண்டே ஆண்பெண்ணேயாகும் நலம்பெறச் சரக்கைக் [சொல்லும்
உண்டெனக் குருவைக்காரு வுரைஎந்த நூல்தானப்பா
அண்டத்தை நீறதாக்க அருள்குரு முடிக்குஞ் செய்தி
விண்டிட்டேன் புவியோர் வாழ்க வேதைகள் சொல்லுவேனே
சொல்லுவேன் கருவைக்கேளு துணிபுள்ள சிவத்தின் [சுண்ணம
சொல்லுவேன் நறுநீராலே துடிகெடி ரெண்டு ஜாமம்

சொல்லுவேன் ஆட்டிவில்லே சூட்டிட கெஜப்புடத்தில்
சொல்லுவேன் சுண்ணமாச்சி இடையினில் சொல்லக் கேளே"

என்று புண்ணாக்கீசர் முப்பு சுண்ணம் சுருங்கக் கூறுகிறார். அண்ட பிண்டம் ரெண்டுமாகி ஆனதோர் கல்லுப் பிறுல், விண்ட நாதம் மேலெழும்பி விளைந்தது உவர் காடதில், தெண்டனிட்டு தீபதூப பூசையிட்டுத் தெளிவதாய், கொண்ட பேர்க்குக் கூற்றுமில்லை கூறினேன் மெய், யாண்டையே.

முப்பொருளாய் நின்றிலங்கும் மதியே விந்து
முனையாணில உப்பு கடல் நீருப்பு
இப்பொருளாய் சமைத்தவித சுண்ணம் வாங்கி- [என்றும்
பூருவத்தி லுதித்த கடல் கல்லுப்பாகும்
பூனீற்றி லுப்பதுவும் அமுரியுப்பும்
வாரதிந்து முப்பொருளும் மூன்றுப்பாகும்
வகைவகைக்கு பலமதுவாய் வகுத்துப்பின்னும்

என்றும் நாயனார் முப்பு சுருங்கக் கூறுகிறார்.

அப்புஉப்பு அமுரி மூலப்புளி
உப்பு அப்பு உன்னுக்குள் அறிந்தபின்
கைப்பு உப்புகசிவு முறிந்திடில்
முப்பு சுண்ணம் முடிந்தது ஆண்டையே. என்றும்

நாதமென்ற உப்பிறேடு நவின்றவிந்து கூடியே
ஆதிகார சாரத்தாலே அமைந்து சொல்முப்பவும்
நீதியாக இந்தஅந்த ரங்கங் கண்டு நேர்த்தியாய்
சாதனே செய்வாறுமாகில் சண்டனேது ஆண்டையே.
—என்றும்

சாகாத்திலே தெளிந்த ஜலந்தனில் கலக்கியே
வாகுரத்தெளிவிருந்து வைத்த நீரும் காடியாம்
ஏகமான இந்தவஸ்து எளிமையாக நியறிந்து
பாகம் செய்ய சுண்ணமாச்சு பார்த்திடு மதீதமே.
சுத்தச் சுகாதீதச் சோதிச் சுடருப்பு
இந்தலத்தில் விந்துவென ஏகமாய் சித்தர்களும்
வைத்தா ரதன்பெருமை வையகத்திலே யறிந்தால்
இத்தரணி ஞானி இவர்.

என நாயனார் ஒவ்வொரு பாட்டிலேயும் முப்புவை முடிக்கிறார்.

என்னவே வானத்திடியினி லொன்று
சொன்னதோர் பூமிச்சுலினி லொன்று
கனனிறமான கடலினி லொன்று
முன்னவர் சொன்னமூன்று முப்பூவே.

பூவிதுவாயு அங்கியு மப்பும்
ஜீவனென் றெண்ணிச் செப்பினதாலே
மாவெனுமிடை பிங்கலைசுழி மூன்றும்
தேவியிற் குள்ளாய்தெறிந் தறிவீரே.

(நந்தீசர் சூஸ்திரம்-30)

மேல் கூறியுள்ள பாடல்களில் வாசகர்கள் ஏமாற்ற மடையும் நிமித்தமே, சமய வாதிகளும், ஞானிகளும் வகுத்த முப்பு முறைகளாகும். ஒரே பொருளையே பலவாக திரும்பத் திரும்ப வெவ்வேறு பெயரால் மூன்று பொருளென வினயத்துடன் கூறியுள்ளார்கள். மேனாட்டு ஞானிகள் யாவரும் ஒரே மனப்பான்மையாய் அண்டக்கல் (Philosophers stone) இதில் உப்பு (Salt) கெந்தகம் (Sulphur) பாதரசம் (Mercury) இம்மூன்றும் ஜடமாகவும், சூட்சமமாகவும், ஆவியாகவும் இருப்பதாகக் கூறுகிறார்கள். சூட்ச புத்தியில் ஆராய்ந்து பார்க்கில் உப்பில் ரசமும் கெந்தகமும் உறவாகி கட்டுண்டிருக்கிறது.

கட்டிய வஸ்து கந்தகமாகவும், கட்டாது ஜலமாயிருப்பது பாதரசமாகவும் கருதப்படுகிறது. இதையுணராது மூன்று பொருளாகக் கருதினல் வழி தவறியதாகக் கொள்ள வேண்டும். ரசவாத வித்தையில் எண்ணிறந்த முறைகள் உண்டு. அவற்றுள் வெகு எளிதும், எல்லா முறைகளிலும் உயர்ந்தது அண்டக்கல் கண்ணம்.

ஆண்டவித்தை வெருகுளுவு உவகங்கண்டால்
ஆடுகிறவேக மெத்த உசந்திதானே.

சட்டமுனி கூறும் முறையில் நன்கு புலனாகும்.

சித்தர்கள் சொல்லும் அண்டமெழுகென்பதென்ன வென்பதைப் பற்றி அடுத்து ஆராய்வோம்.

அண்டமெழுகு

குக்குட வண்டம் குலாவிய பதிறொன்று
வெக்கு உடைத்து வெள்ளைக் கருவேறு
மக்குட மஞ்சட் கருவேறு வாங்கிட்டு
ஒக்குவெருக்கம் பாலிதில்ரெண்டு வார்த்திடே 1

வார்த்திட்டு வெவ்வாருய் வைத்துஇது ரெண்டில்
கோர்த்திட சீனத்தை கொட்டொ ருகாசிடை
கார்த்திட்ட மஞ்சள் கருவிலே காரமும்
போர்த்திட வீரமும்புக ரெண்டுகாசிடே. 2

இட்டு விரலாலித மாகமத்திக்க
மட்டான வெள்ளைமருண்டு ஜலமாகும்
கொட்டான மஞ்சட் கருவது கூழாகும்
வெட்டான வெள்ளை ஜலத்தையிதில் வாரே. 3

வார்த்தேயுருக வளமாக மத்திக்கில்
ஏர்த்தே நற்கார மிநமாம் வெடியுப்பு
போர்த்தே ஜெயசாரம் புகழ்வெள்ளை கண்டரும்
சேர்த்தே இது நான்கும் சிறக்க நாற்காசிடே 4

காசிட நாலு காரத்தில் வீரத்தை
ஒசிடமஞ்சள் கருவிலுறப் போட்டு
வாசிடக்கை கொண்டு மத்திக்க மத்திக்க
பாசிடக்கமது பற்பத்தில் மெழுகாமே. 5

மெழுகான குக்குடத்தண்ட நவலோகம்
தழுவப்புடம் போட தங்கத்தில் தங்கமாம்
வழுவாச்சரக் கொல்லாம் வாட்டிடக் கட்டுண்ணும்
நழுவாது ஒன்றும் நலமான சித்தியே. 6

சித்திக்கு மண்டஞ்செயமா மகாவேதை
மத்திக்க ருநங்கேள் வாசனைக்கேசாகும்
பத்திச்சருபம் பரிமுத்து ருபம்
கொத்திச்சவேதை கோடிக்கடங்காதே.

குக்குட அண்டமென்பது அமுத கலசத்துள் கட்டுண்டது. பதிணொன்று என்பது எட்டும் ரெண்டும் சேர்ந்த பத்து ஒரே அண்டம். இதை உடைத்து கற்பத்திலுள்ள வெண் கருவும், மஞ்சட் கருவும் தனித்தனியே வெவ்வேறு பாத்திரத்தில் ஊற்றி, இரண்டு கருவையும் தாங்கி நின்ற பனிக்குட நீரை சமபாகமாக இரு கருவிலும் ஊற்றி வெண் கருவில் காசிடை சீனக்காரத்தை தூள் செய்து கொட்டி, மஞ்சட்கருவில் சாரமும், வெடியுப்பும் ஒவ்வொரு காசிடை தூள் செய்து போட்டு விரலால் மத்திக்க வெண்கரு ஜலமாகும், மஞ்சட்கரு கூழாகும். ஜலத்தையும் கூழையும் ஒன்று சேர்ந்து மத்திக்க இரண்டும் சேர்ந்து மெழுகாகும் என்று கூறிவிட்டு, மயக்கத்தை உண்டு பண்ணும் பரிபாஷையால் சித்தர் இறத்தைக் காட்டியுள்ளார்கள்.

காரம், வெடியுப்பு, ஜெயசாரம், வெங்கண்டார் என்று கூறிய சரக்குகளையே திருப்பிக் கூறியுள்ளார்கள். ஒரு சமயம் வாசகர்கள் அண்டத்தை உணர்ந்து கொண்டாலும், கூட்டுச் சரக்குகளை மிதமாகச் சேர்த்தாலும் கெட்டு விடட்டும் என்ற நோக்கத்தினால் கூறி இருப்பதாகத் தென்படுகிறது.

அண்டம் என்று பெயர் வந்ததற்குக் காரணம் பொதுவாக பறவைகளின் முட்டைகள் எதுவாகிலும் அண்டமென்று சொல் பழக்கம் இருக்கின்றது. சித்தர்கள் கூறும் அண்டத்தில் நான்கு பூதங்கள் இருக்கின்றன. அதே போல் பறவைகளின் முட்டைகளிலும் மேல் ஓடு பூமியாகவும், ஒட்டை ஒட்டி உள்ளிருக்கும் ஜவ்வு காற்றாகவும்

அதற்குள்ளிருப்பது வெண்கரு ஜலமாகவும், ஆக நான்கு பூதங்களிருக்கின்றன என்று பிரித்துள்ளார்கள். ஆனால் சித்தருண்ணும் அண்டம் பார்வைக்கு ஜலமும் கல்லுமாக இருக்கிறது. ஜலத்தில் காற்று உறைந்திருக்கிறது. கல்லில் நெருப்பு உறைந்திருப்பதால் இதையும் நான்கு பூதங்கள் உள்ள சித்தருலகம், சித்தருண்ணும் அண்டம் என்றனர். ரசவாதத்தில் "கண்குடந்து நீரையன்றி காசினியில் வேறு ஜலம் தள்ளியே" என்று கூறப்பட்டிருப்பதால் பிரணவ கலசத்துள்ள நீரே பனிக்குடநீர். இதில் தனித்தனி பைகளிருக்கும் வெண்கருவும் மஞ்சட்கருவும் தொங்கிக் கொண்டிருக்கும். இதையுணராத வரையில் சித்து நூல் மர்மம் விளங்கமாட்டாது.

அடுத்து மரணமிலாப் பெரு வாழ்விற்கு எப்படி 'மூப்பு' ஆதாரமாயுள்ள தென்பதைப் பற்றி ஆராய்வோம்.

மரணமும் வாழ்வும்

பிணி, மூப்பு, மரணத்திற்கும், என்றும் இளமையாய் வாழ்வதற்கும் காரண பூதங்களாயுள்ளது வாயு, வன்னி வருண பூதங்களாகும். இம்மூன்று பூதங்களே மனித சரீரத்திலிருந்து இயங்குகின்றன. நோயற்ற வாழ்க்கையை உடையவன் நாடிகளைப் பரிசோதித்தால் வாத நாடி முக்கால் பங்கு கனத்துடன் நடிக்கிறது. இந்நிலை மாறாது இயங்கும் நாடிகளையுடையவனே நோயற்ற திடகாத்திர சரீரமுடையவனாகிறான். இவன் நூறு வருடம் வாழலாம்.

"மிகினும் குறையினும்நோய் செய்யும் நூலோர்
வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று"
—வள்ளுவர்

ஒருவனுக்கு மூன்று நாடிகளும் நிலை குலைந்து இயற்கைக்கு மாறாக இயங்குமேயானால் பிணியுடையவனாகிறான். பிணி, மூப்பு, மரணத்துக்குக் காரண பூதங்களா இருப்பது இம்மூன்று பூதங்களேயாம். ஒருவன் நோயற்று வாழ வேண்டின் மித ஆகாரம், நடை, தூக்கம் இவற்றை ஆயுள் வேதப்படி அனுஷ்டானம் செய்து வர வேண்டும்; வாத, பித்த, ஐயம் தனித்தனியே நிலைமாறாது ஒருவன் நடுநிலை வழுவாது வாழ்ந்து வந்தாலும், அவன் நூறு வருடத்துக்கு மேல் அவயவங்கள் தேய்ந்து ஓய்ந்து தொழில் புரிய இயலாது மரண மடைந்தே தீரவேண்டி இருக்கிறது.

நாயனார் கூறியபடி வாதபித்த ஐயங்கள் மிகுந்தாலும் குறைந்தாலும் தானே நோய் உண்டுபண்ணுகிறது. அதனால் மூப்பும் மரணமும் தொடர்ந்து வருகின்றன. மரண பயம் நீங்கி என்றும் இளமையோடு வாழமுடியாதா வென்றில் சித்தர்கள் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னதாகவே ஆராய்ச்சி செய்து மரணத்தை வென்றனர்.

தாங்கள் பெற்ற சுகத்தை எதிர்கால மக்களும் அடைய வேண்டும் எனக் கருதியே,

சாகாதிருப்பதற்கு தான் கற்கும் கல்வியன்றே
வாகான மெய்கல்வி வருந்தறிநீ கல்மனமே,

என்று இடைக்காட்டு சித்தரும், மற்றும் பல சித்தர்களும் கூறியுள்ளார்கள்.

சாகா திருத்தி வைக்கக்கூடிய கல்வி எதுவென்றால் உலகத்திற்கு ஆதியையும், அந்தத்தையும் உணரவேண்டும் ஆதியும் அந்தமும் இல்லாதது ஆகாயம். ஆகாயத்தி லிருந்து முதலில் தோன்றியது ஒருவித சப்தம், அது 'அ' என்ற சப்தம் நாதமென விளங்கலாயிற்று. நாதத்தி லிருந்து விந்துவாகிய உலகம் தோன்றிற்று. இதுவே நாத விந்து ஆதியுமந்தமுமற்றது. ஆதியந்தமுமற்ற பொருளை உணர்ந்தவர்களே சாகாவரம் பெற்றவர்கள். அருணகிரி நாதரும் அத்தகைய பெரியார்களுள் ஒருவர் என்பது

''நாதவிந்து களாதி நமோ நமோ
வேதமந்திர சொருபா நமோ நமோ''

வென்று கூறியுள்ளார். ஆகாயத்திற்கும் நமக்கும் இடையே உள்ளது நாதவிந்துவால் உற்பத்தியாகிய சிற்றம்பலம்; சிறு உலகம். நம்மை நாம் உணர்ந்திருக்க விடாது கிரகங்கள் தங்கள் மாயாசக்தியினால் காக்ஷி யளித்து அக்காக்ஷிகளின் மூலம், நம்மை கிரகங்கள் பயன் படுத்திக் கொள்கின்றன. நவக்கிரகங்களின் காக்ஷியை வெல்வது என்பது சிரமசாத்தியமற்ற காரியம் என்று உண்மையை உணர்ந்த சித்தர்கள் எளியதோர் மார்க்கத்தை கண்டுபிடித்தார்கள். நம்முடைய எதிரி களாயுள்ளவர்கள் தற்காலம் நவக்கிரகங்களே. இவர்களை நேசித்து அல்லது பூசித்து சித்தி பெற்றாலொழிய ஏக வெளியாகிய இறப்பற்ற பரம்பொருளை அடைய

முடியாது என்று நன்குணர்ந்தார்கள். கிரகங்கள் காலத்திற்கும் ஜீவதாரப் பொருளாகிய ஓம் என்னும் பிரணவத்தை உணர்ந்தார்கள்.

ஓம் என்ற பொருள் உலகத்தவருக்கு எப்படி உணர்த்தப்பட்டது என்பது உபதேசக் கிரமத்தில் விளக்கப்படும். ஓம் எனும் பொருள் அகர, உகர, மகரங்கள் சேர்ந்து ஓரெழுத்தாகும்.

''ஓமெனும் பிரணவத்துள் உதித்து ஐங்தெழுத்துமாகி
ஆமெனும் மகாரப்பீடந் தமர்ந்திடும் வாசிகண்டு
ஊமெனும் மௌனமுற்று ஊறிடும் மதிப்பாலுண்டு
தாமெனும் நாகைநாதர் தாண்டவம் பார்ப்பாய் நெஞ்சே''

அந்திமுதலி றெறும்புவான வுயிர்கட்கும்
சக்தியுடன் நாதமின்றி சாவது முண்டாக்கு
சுத்தமிகு மிந்தமுறை சொல்லவுஞ் சடலம்
சித்திபெற வுற்றவழி செய்வதறி யாண்டே.

என்று சித்தர்கள் நூல்கள் கூறுகின்றன.

ஓம் என்றாலும், பிரணவமென்றாலும், பஞ்சபூதமென் றாலும் பஞ்சாக்ஷரமென்றாலும் ஒரே பொருளாகிய அமுதம் என்பதையே குறிக்கும். இவ்வமுதம் பஞ்ச பூதங்களாலானது. (அமுத கலசம் மண்ணாகவும், உள்ளிருப்பது அகரம் அக்னியாகவும், உள்வெளி யுள்ளிருப்பது உகரம் காற்றுறைந்த ஜலமாகவும் ஒன்று சேர்ந்து உள்ளது. ஆகாயமோ உள்ளும் புறமும் எங்கும் வியாபியாயுள்ளது.) உலகம் பஞ்சபூதங் களாலாக்கப்பட்டது. அதேபோல் அமுதகலசமும் பஞ்ச பூதங்களால் அன்பர்களுக்கென ஆக்கப்பட்டது. அகரத்தையும், உகரத்தையும் ஒன்று சேர்த்து வாலேயி விட்டு இராவகம் வாங்கியபொருள் அகர, உகர மகரமாகிய பிரணவப் பொருளாகும். இதுவே வாயு, வன்னி, வருண பூதங்கள் ஒன்று கூடிய முப்பொருளும்

ஆகும். இதுவே நம் சரீரத்தில் வாதம், பித்தம் ஐயமாகவும் இருந்து நம்மை நிலைகுலைய இயக்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. இம்மூன்று பூதங்களும் நம்மில் தனித்தனியே நின்று தொழில் புரிவதால் நாம் இயற்கைக்கு மாறான காரியங்கள் செய்யும்போது நாடிகளின் இயற்கை நிலைகளும் மாறி மிகுந்தும் குறைந்தும் தொழில் புரிவதால் நோய்வாய்ப் படுகிறோம். மிகுதியும் குறைவும் ஆகாத நிலையில் மூன்று நாடிகளும் ஒருமித்து தொழில் புரியுமானால் என்றும் ஒரே நிலைமையைக் கடைப்பிடித்தவர்களாய் பிணி மூப்பற்று, மரண பயம் நீங்கி என்றும் இளமையோடிருக்கலாம்.

"வேவாத முப்பூவை வேண்டியுண்டால் பாரில்
சாகாமல் வாழ்வாரடி—குதம்பாய்"

என்றும்,

காயாம்பட்டிக் குளத்துக்குள்ளே யொரு
சாயாமூலி முளைத்திருக்கு அதை
வாயால் தின்று மிமிர்ந்தாக் கால் உடல்
மாயாதல்லவோ ஞானப்பெண்ணே. (ஞானக்கும்மி)

சாகா மூலியின் குணமோ திருத்துவங்களைக் கட்டுப்பட்ட முறையில் தொழில் நடத்தச் செய்யும் வல்லமை உடையது. இம்மூலியை அகரம் வேறு உகரம் வேறாகப் பிரித்துக் கூட்டி வாலையில் வடித்து மகரமென்னும் மகாதிராவகம் இறக்கி உட்கொண்டுவர உடல் கேசாதிபாதம் பரியந்தம் இரத்தக் குழாய்கள் மூலம் வியாபித்து, பழைய வாதபித்த ஐயங்களை மலஜல வாயிலாக வெளிப்படுத்தி விடுகிறது. அப்பொழுது திருத்துவம் ஒன்று கூடியது உலகம் உள்ள வரை உடலை விட்டுப் பிரியாது. உடல், பொருள் ஆவி மூன்றையும் ஊடுருவிப் பிணைக்கப்பட்டு அழியா சரீரமாக்கிவிடுகிறது. இதற்கே காயகற்பம்,

காயசித்தி அல்லது காயசுத்தி என்றும் கூறப்படுகிறது. இச்சரீர சித்திக்கு, சாகா மூலியாகிய சஞ்சீவியை ஊட்ட ஊட்ட, நாளடைவில் பிணி, மூப்பு, நரை, திரை நீங்கிய பழைய உரோமங்கள் யாவும் உதிர்ந்து, தோல் முழுதும் சருகுபோல் கருகி வெளுப்பாகிய சட்டை போல் உரியும். இப்படி தத்துவம் ஒன்றுக்கு ஒரு சட்டை விதம் 96 சட்டைகள் உரிந்து போகும். பற்களும் நகங்களும் கழன்டு விழுந்து விடும். மறுபடியும் புதிய ரோமங்கள் பொன்வண்டு நிறத்தை யொத்து அழுத்தம் திருத்தமாக முளைக்கும். பற்களும் நகங்களும் புதிதாக முளைக்கும். சகல உறுப்புக்களும் புதிதாகத் தோன்றியதும் உடனே மருந்தையும் நிறுத்தி விட வேண்டும். காயசித்திக்காகிய கற்பமூலி பச்சிலைகளிலும் உண்டு. ஆனால் உடல் அதனால் தசநிட்சை பெறாது. அவை கர்ண பரம்பரையாகத் தான் உணர்ந்து கொள்ள முடியும். நூலாராய்ச்சியினால் பிரணவப் பெருமை ஒருவாறு அறியக்கூடும். இருவகையுள் பிரணவ கற்பமே சாலச் சிறந்ததாம். பொதுவாக சித்த நூல்களில் நான்கு வகையோனிகளிலும் காய கற்பப் பொருள்கள் இயற்கையில் அமைக்கப்பட்டதாகக் கூறி இருக்கிறது. ஆனால் பிரணவ கற்பம் ஒன்றே சொரூப சித்தியை அளிக்கவல்லதாகக் காணப்படுகிறது.

பூதங்கள் வாயு வன்னி வருணம் ஒன்றோடொன்று சத்ரு. மித்ரு ஆதிக்கங்களையுடையனவாகையால் இவற்றை ஒன்றோடொன்று சேர்க்கையினால் கூட்டிவிட முடியாது என்பது யாவரும் ஒப்புக்கொண்ட உண்மை. இம்மூன்று பூதங்களையும் இயற்கையில் ஒன்றுசேர்த்து வைக்கப்பட்டிருப்பதே பிரணவம். இயற்கையைப்போல் மூன்று பூதங்களையும் ஒன்று சேர்க்க வல்லவர்களே ரசாயன சாஸ்திரிகள் என்று அழைக்கப்படுகிறார்கள். பூமியிலும் அதிக நிலப் பரப்பைக் கொண்டது தண்ணீர். தண்ணீரைவிட அதிக சக்தியும் இயக்கும் தன்மையும் வாய்ந்தது நெருப்பு. நெருப்பிலும் பதின்மடங்கு

பலத்தையும் ஆதிக்கத்தையும் கொண்டது காற்று. மனம் வாக்கு காயங்களுக்கு எட்டாத நிலையில், அளவிட முடியாத ஆற்றலுடையது ஆகாயம் இவ்வைந்து பூதங்களுக்கும் மத்திபம் வகிக்கும் நெருப்பானது மண்மூலமாகத் தண்ணீரையும், தண்ணீரின் மூலமாகக் காற்றையும் தன்னுள் ஐக்கியப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறது. ஆனதால் அக்னியானது குக்ராம்சத்தை யுடையது என்று கூறுகிறார்கள். பஞ்சபூதங்களின் இயக்கம் எப்படி உலகில் நடைபெறுகின்றனவோ அதேபோல் சித்தருலகம் என்னும் அமுதகலசத்துள் அக்னியான அகரம், அல்லது அண்டக்கல் மத்திபஸ்தானம் வகித்திருக்கிறது. அண்டக்கல்லைச் சுற்றியுள்ள ஜலத்தில் காற்று உறைந்திருக்கிறது. அண்டக்கல் என்னும் அக்னியானது ஜுவாலையாக சூரியனைப்போல் எரிந்து கொண்டிருக்கிறது. இந்த அக்னியின் வெப்பத்தை தடுக்க சுற்றிலும் காற்று உறைந்த ஜலம் குளிர்ச்சி பண்ணிக் கொண்டிருக்கிறது. இதனால் மறைமுகமாயுள்ள அக்னியைக் காட்டிலும் பெரிய ஆதிக்கமுள்ள அக்னி உலகிலே கிடையாது.

இத்தகைய அக்னி அம்சத்தையுடைய அண்டக் கல்லையும், வாயு வருணனுகி நின்ற ஜலத்தை உறவாக்கி உண்டால் மரணம் ஏது? இம்மருந்தே திருத்துவம் வாய்ந்த (Trinity of God) கடவுள் என்று ஏசுகிறுஸ்து குறிப்பிட்டதாகும் திருத்துவமாகிய பிரம்ம இரகசியம் அறிவதற்கு கல்வி நிபுணத்துவம் தேவையில்லை. விஞ்ஞானம் தேவை இல்லை. ரசாயன ஆராய்ச்சி தேவையில்லை. அறிவு வளர்ச்சியற்றவனானாலும் சரி, ஞானசூன்யனானாலும் சரி, எழுத்து வாசனையற்றவனானாலும் சரி, லக்னத்தில் சுக்கிரனும் ஐந்தாம் வீட்டில் குருவும், ஏழில் செவ்வாயும், வீற்றிருப்பின் அந்த ஜாதகன் பூர்வ புண்ணியவான். அவனுக்கு பிரணவமெனும் ஏகாக்ஷரம், சரித்திர வாயிலாகவோ கேள்வி, கல்வியினாலோ அல்லது ஆசான் நேர்முகமாகவோ உணர்த்தப்பட்டு காயகற்பம்

சாதனைசெய்தே திருவாள் என்று அகஸ்தியர் நிகைடி விதியில் கூறியுள்ளார்.

கோடிசூரியப் பிரபையால் குலாவுகின்ற வானநீர்
சாடியே கறைந்திடில் சகலதோஷம் போக்குமே
காடிநீர் இதற்கும் கருந்தறிந்து செய்திடில்
ஓடிப்போவன் ஏமனும் உண்மை இது ஆண்டையே

அடுத்துயோகம் என்பதென்ன? அதை உலகோர் எவ்விதம் செய்கிறார்களென்பதை சித்தர்கள் வாக்கியப்படி கூறுவோம்.

யோகம்

''வள்ளியுண்டு செயரசமாகிடில்
பின்னையோர் பொருள் பேசவும் வேண்டுமோ
தன்னையே யுணர்ந்தார் தமக்கல்லவோ
சொன்ன யோகமும் சூதமும் சித்தியே''

என்பதைக் காண்க.

''தேகமிழப்பதற்கு செபம்பெய் தென்தபம் செய்தென்
யோகமெட்டுஞ் செய்தாலென் யோசிப்பாய்
கண்மனமே.''

இந்நாட்டில் யோகம் பயின்று சாகாதிருக்க ஆசைப்பட்டு பல அறிஞர்கள் யோக நூல்களைப் படித்து அதை அனுஷ்டானம் செய்து ஒன்றும் பலன் அனுபவிக்காது இருப்பினும் ஏதோ தாம் ஆகாயத்தே போய் கண்ட இரகசியங்களை எல்லாம், தம்மைப் பின்பற்றுபவர்களுக்காக யோக நூல் எழுதினதாக விளம்பரம்செய்து பலரையும் அனுஷ்டிக்கச் செய்தார்கள். நூல் எழுதியோரும், அவர்களைப் பின்பற்றியோரும் மரணமடைந்தனரே யன்றி ஒருவரேனும் மறலிக்குத் தப்பினவராகத் தோன்றவில்லை. இன்றும் அன்னூல்களை அனுஷ்டித்து பலவித நோயால் வாதனை அடைந்து கொண்டிருக்கிறவர்களைக் கண்கூடாகக் கண்டிருக்கிறோம். தேகத்தை இழக்கக் கூடியதே அஷ்டாங்கயோகங்களும் ஜபதபங்களும் ஆகும் என்று இடைகாட்டுச் சித்தர் எச்சரிக்கிறார்.

யோகம் என்ற சொல்லுக்குப் பொருள் இனி உலகிடை ஒன்றும் தேவை இல்லை, அஷ்ட அயிஸ்வரியங்களும், அஷ்டமாசித்திகளும், யோகம் என்றபடிக்கு வருவதற்குமுன் ஆண்டு அனுபவித்ததிற்கே யோகம்

என்று பொருள் கொள்ளவேண்டும். யோகம் என்பது எல்லோரும் பழக இச்சைப்படுகிறார்கள். அவர்கள் யோக நூலின் நுட்பம் உணர வேண்டும். சித்தர்கள் கருத்தின்படி ஒன்று தேவை என்று கருதக்கூடாத மனோநிலைமை அடைந்தவனே யோகம் என்பதின் பொருளை உணருவான். ஜனகனைப்போன்ற ராஜ ராஜாக்களால் தான் யோகத்தைப் பழக முடியும். இதன் நிலைமையை விளக்கினால் யாவரும் வியக்கத் தக்கதாகவும், தற்புகழ்ச்சியாகவும் கருதக்கூடும்.

''அடங்கா யோகமும் ஆதாரமாறும் அவத்தை ஐந்தும்
விட்டேறிப்போன வெளிதனிலே வியப்பொன்று
கண்டேன்
வட்டாகிச் செம்மதிப்பாலூற வுண்டு மகிழ்ந்திருக்க
எட்டாத பேரின்பம் என்னை விழுங்கியதே.''

—பட்டினத்தார்.

காயசித்திபண்ணின சரீரமானதால் பட்டினத்தடிகள் கடை எழுத்தைப் பிரயோகம் செய்ததும் அகர உகர நாடிகள் இணைக்கப்பட்டு வாயுவன்னி கலந்த முறையில் ஸ்ரீவாதாரம், சுவாதிஷ்டானம், மணிப்பூரகம், அனாகதம், விசுத்தி ஆஞ்ஞை ஆகிய ஆதார நிலைகளையும், பஞ்சேந்திரிய அவத்தைகளையும் விட்டேறிப்போய் வெளியுள் கலந்ததும் அங்கே ஓர் வியப்படைந்தேன். அங்கே கோடிசூரியப் பிரபையைக் கண்டேன். அதன் தேஜஸ்ஸையும் பட்டு சந்திரமண்டலம் இளகிவழியும் செம்மதிப்பாலை உண்டு இருக்குங்கால் என் மனமகிழ்ச்சிக்கு அளவில்லா திருந்தது. அப்போழுது, நான், எனது என்று சொல்லு தற்கிடமின்றி வெளியாயிருந்தேன். அந்நிலைமையில் யாவராலும் கண்டு அனுபவிக்கக்கூடாத பேரின்பம் என்னை அறவே விழுங்கியது என்று அன்பர்கள் உணரும் பொருட்டு விளக்கியுள்ளார்.

இதை மிகவும் தெளிவுபடக் கூறில் ஒரு மனிதன் மரணத்துக்குப் பயந்து நித்யானந்த வாழ்வையடைய அவா கொண்டு கற்ப சாதனை செய்த யோகிகளைத் தேடிக் காணப் போய்க்கொண்டிருக்கிறான். முடிவாக ஓர் மலைக் குகையில் பிரவேசித்ததும் அங்கே சிலர் சித்தபுருஷர்களைக் காண்கின்றான். உடனே அவன் இதுவரையில் அடைந்த பல துன்பங்களையும் மறந்து மனம் பூரிப்படைந்தவனாய் அவர்கள் பாதங்களுக்கு வணக்கம் சமர்ப்பித்து நிற்கின்றான். என்ன காரணம், இக்குகையை நாடிவந்தது என்றார்கள். மாணாக்கன் திரிகரண சுத்தியாய் சாகா திருக்க அவாமேலிட்டபடியாய், சஞ்சீவியருந்தி சித்தர் கணங்களை தெரிசித்தாலொழிய என் கொள்கை நிறைவேறாது என்று ஒரே இடம்பட மனம் நின்றுவிட்டபடியால் தங்கள் தரிசனம் கிடைக்க பிரகங்களே அருள்புரிந்தனவே போலும் என்று விடையளித்தான். சித்தர்கள் அவன் முகக்குறியை உணர்ந்து அகமகிழ்ச்சியினால் கருணைபுரிய இசைந்து, இதோபார் இக்குகையின் ஈசான்ய திக்கில் பெரியதோர் பீங்கான் ஜாடியில் நிறைய சாகாவரமருளும் வாலைத்தாய் இராவகமென்னும் அமுதம் இறங்கி நிறைந்திருக்கிறது. இதோ இந்த பொட்டுக் கரண்டியினால் ஒரு துளி எடுத்து அருந்துவாயாக என்ற உத்திரவு இட்டார்கள். மாணாக்கன் மனம் புளாங்கிதமடைந்து, கரண்டியை கையிலேந்திய வண்ணம் ஜாடியருகில் போய் வணங்கி மூடியைத் திறந்து எட்டிப்பார்த்தான். ஜாடியின் உயரமோ ஆள் மட்டத்துக்கு இருக்கிறது. இவன் ஒரு பாறையின்மேல் ஏறி கரண்டியால் மொள்ளுவதற்குக் குனிந்து கரண்டியை நீட்டும்போது தவறி ஜாடியின் உள்ளே விழுந்து நிலைக்காத ஆழத்தில் நீந்திக் கொண்டிருக்கிறான். அப்பொழுது சித்தர்களைக் காப்பாற்றுமாறு கூவுகிறான். ஒரு கரண்டி அமுதம் கிடைத்தால் போதும் நாம் ஜீவனழியாது வாழலாம் எனக் கருதி பிச்சைக்காகப் போனவனை, அமுதமே இவனைத் தேடி

விழுங்கிவிட்டது என்றால் என்ன ஆனந்தமடைவான் என்பதை யோசித்துப் பாருங்கள்.

அதேபோல் பட்டினத்தடிகள் செம்மதிப்பானூறு உண்டு மகிழ்ந்திருக்க இச்சைப்பட்டிருக்கும் நேரம் எல்லோருக்கும் எட்டாத பேரின்பவெள்ளம் தன்னை எதிர்கொண்டு வந்து விழுங்கிவிட்டதாகக் கூறுகிறார் என்றால், நம்போல்வரால் அந்த நிலைமையை யூகித்துணர முடியாது. பேரின்பத்துக்கு முதற் காரணமாயுள்ளது பிரணவமாம். அப்பிரணவம், எந்நிலையிலிருக்கிறதென்றால்,

"எட்டுத்திக்கும் பதினாறு கோணமும் எங்குமொன்றாய்
முட்டித்ததும்பி முளைத்தோங்கும் ஜோதியை மூடரெலாம்
கட்டிச்சுருட்டி கக்கத்தில் வைப்பார் கருத்துள்வையார்
பட்டப்பகலை இரவென்று கூறும் பாதகரே"

—பட்டினத்தார்.

எட்டுதிக்கு என்பது (எட்டு) அகரமாகிய சூரியனும், பதினாறு கோணமும் என்பது உகரம் பதினாறு கலைகளையுடைய சந்திரனும், உலகிற்கு இரவு பகலாய் ஒளி வியாபிக்கச் செய்துகொண்டிருக்கும். காரண பீஜமாகிய அகரம் பிரணவ கலசத்துள் முளையாய் முளைத்து முகத்தைப்போல் பிரகாசமளிப்பதை அறிவினர்கள் உணராது கட்டிச் சுருட்டிக் கக்கத்தில் வைக்கிறார்கள்; கருத்துள் பொருள் இன்னதென்று உணரமாட்டார்கள். ஆனதால் பகலை இரவு என்று நினைத்து கைப்பொருளுக்கு கண்ணாடி தேடுகிறவர்கள் என்று கூறுகிறார்.

யோகம் என்ற சொல்லைக் கேட்டதும் நம் மக்களுக்கே ஓர் ஆழ்ந்த சிந்தனையும், அதனால் ஓர்வித மயக்கமும் அடைவார்கள். அதைப்பற்றிப் பேசுகிறவர்களுக்கு கௌரவமும் அளிப்பார்கள். யோகம் என்ற சொல் அளவில் மெய்சிலிர்த்து பக்தி விசுவாசமும் உண்டாகிறது.

உண்மை யோகியைக் கண்டால் மெய்யன்பர்களுக்கு அடங்காத ஆனந்தமும், பக்தியும் உண்டாகும் என்பதற்கு சந்தேகமில்லை. வாதசித்தி பெற்றவர்களே காயசித்தி செய்ய பக்குவமுடையவர்கள். காயசித்தி பெற்றவர்களே யோகம் என்ற சொல்லுக்கு பொருள் கூறவல்லவர்கள். காயசித்தி பெற்றவர்களுடைய இடா (The efferent sensory nerve) என்பதும் பிங்கலா (The efferent motor nerve) என்பதும் தொழில் புரியாது. ஆனால் சுஷும்முனை நாடிகள் (Spinal cord) மட்டும் தொழில் புரியப் பக்குவமடைந்திருக்கும். காயசித்தி பெறாதவர்களுக்கு யோகி என்று சொல்லிக் கொள்ளுகிறவர்களுக்கு இடா, பிங்கலா நாடிகள் தொழில் புரியும், சுஷும்முனை நாடிகள் இறந்த நிலையிலிருக்கும்.

''அறிந்தடங்கிநிற்கும் அந்நாடிகள் தோறும்
செறிந்தடங்கி நிற்கும் சிவம்''

காயசித்தி பெற்ற யோகிக்கு சந்திரகலை தேய்ந்து கொண்டே வந்து சூரியனில் மட்டும் தொழில் நடத்தி பிறகு சூரியகலையும் தேய்ந்துகொண்டே வந்து சுழிமுனை நாடிமட்டும் உயிர்த்தெழுந்து பிடரிவழி கண்திறந்து அதோமுகமாய் தொழில்புரிய சித்தமாகி இருக்கும்.

இந்நிலையடைந்து, காயசித்தி பெற்றவன் யோகம் செய்யத் தகுதியுடையவனாகிறான். அப்பொழுது விகத்தி நிலையில் இயங்கும் அகர உகர நாடிகளை மந்திராக்தமாய் கடையெழுத்தால் விழுங்க நாடிகள் ஆண் பெண் அணைந்து பெறும் சுகத்திலும் அநேக மடங்கு அதிக சுகபோகத்தை இடையறாது இன்பக்கடலில் ஆழ்த்துகிறது. புருஷனும் மனையாளும் சுகபோகத்தின் முடிவில் அடையும் இமைப்போதுள்ள இன்ப நிலையைப் போல் ஒய்வின்றி தைலதாரை போல் விளைந்தொழுகும் மதியமுதத்தை இடையறாது பருகிக் கொண்டிருப்பார்கள். காயசித்தி செய்யாதவர் அக்கடை எழுத்தைப் பிரயோகம் செய்யின் காதிரண்டும் முதலில் குப்பென்று அடைக்கும். கண்ணி

ரண்டும் இருள் சூழ்ந்து கொள்ளும். மூர்ச்சை விடாமல். கட்டுப்படுத்தினால் சுலபமான வழியில் அவயவங்களை பழுது செய்து விட்டு வெளிக் கிளம்பி விடும் வாயு. சில சமயம் கபால மோக்ஷமும் ஆகிவிடும். ஆனதால் கற்ப முணர்ந்து சாதனை செய்ய,

வாரிக்கொண்டுன்னை விழுங்குவன் காணிலென்று
ஆர்உற்ற வென்னை யொழிவென்னில் முன்னம்
பாரித்தா னென்னை முற்றும் பருகினான்
காரொக்கும் காட்கரையப்பன் கடியனே''

—சடகோபன்

சாதனங்கள் செய்தவர்கள் சாகார் குயிலே – எல்லாத்
தத்துவங்கள் தேர்ந்தவர்கள் வேகார் குயிலே
மாதவங்கள் போறும் பலன்வாயாக் குயிலே – மூல
மந்திரங்களால் மகிமை வாயாக் குயிலே
எட்டிரண் டறிந்தோர்க் கிடரில்லை குயிலே – மன
மேகாமல் நிற்கில்கதி யெய்துங் குயிலே

என்றார் இடைக்காட்டார்.

யோகியின் லக்ஷணத்தைப் பட்டினத்தடிகள் கூறிய படி இடைக்காட்டாரும், அருணகிரியாரும் ஒப்புக் கொள்ளுகிறார்கள்,

செம்மான் மகளைத் திருடும் திருடன்
பெம்மான் முருகன் பிறவான் இறவான்
சும்மா இருசொல்லற நிற்றலுமே என்றலுமே
அம்மா பொருள் ஒன்று மறிந்திலனே.

—அருணகிரி.

ஜீவனாகிய முருகன் இச்சடத்தை இழக்க மனமில்லா தவனாய்ப் திருமூர்த்தி அம்சத்தை அடைந்த அமுதத்தை. வாலைத்தாயைப் பருகிய சடம், தானுண்ட நீரைத் தலை

யாலே தருவதுபோல், அமுதம் சந்திர மண்டலத்தில் உறைந்திருக்கிறது. காயசித்தி பெற்ற முருகனுக்கு சொரூப சித்தி செய்துவிட ஆசையினால் சும்மா இருக்க பேசாத மந்திரத்தை பிரயோகம் செய்ததும், சூரிய ஒளிகள் கூச சந்திர மண்டலம் வெப்பம் தாங்காமல் செம்மதிப்பாலாய் கசிந்து வருவதைப் பருகப்பருக இச்சடத்தையும் அருபமாக்கிக் கொள்ளுகிறாய். சரீரம் அரூபியானதும் பிறப்பு என்பது இல்லை இறப்பென்பதும் இல்லை. தான் என்பதற்கு சடமும் இல்லை தான் அடைந்த மாபெரும் நிலை அறிவுக்கறிவான ஞானவெளியான தாம் ஒன்றுமே அறிந்திலனே என்ற கூறியுள்ளார்.

பட்டினத்தடிகள், அருணகிரிநாதர், மாணிக்கவாசகர் இவர்கள் பாட்டின் கருத்துகள் யாவும் ஒன்றையே விளக்கினும், ஒன்றிற்கொன்று மேன்மையான நயம்படும் உரைகள் காணப்படுகின்றன.

"அம்மையே அப்பா ஒப்பிலா மணியே அன்பினில்
விளைந்த வாரமுதே
பொய்மையேயாய பொழுதினைச் சுருக்கும் புழுத்தலைப்
புலையனேன்றனக்கு
செம்மையேயாய சிவபதமளித்த செல்வமே சிவ
பெருமானே
இம்மையே யுன்னை சிக்கெனப் பிடித்தேன் எங்கெழுந்
தருளுவதினியே."

தாயினும் இனிய தயையுடையாய், சிவசக்தி அம் சங்கலை அகத்தே வைத்து அருமணியாய் விளங்கும் நீ அமுதத்தில் ஒப்பு உவமையற்ற சிரோன்மணியாய் விளங்குகிறாய் ஊர்வனவற்றிற்கும் கேவலமாகிய எனக்கு அகர உகரங்களாகிய, வாயு, வன்னி, வருண பூதங்களடங்கிய முப்பூவையும் கொடுத்து காயசித்தி செய்வித்து, அப்பு, அழுக்கற்ற என் காய சுத்திக்கு வியந்து, யோக சித்திக்கு யாவரும் பற்றமுடியாத அகர உகர யோக நாடிகளாகிய இருபாதங்களையும் பற்றி விழுங்கி

இருக்க வல்லமை யளித்த செல்வமே, சிவபெருமானே, இதோ பார் உன் அருளாலே உன் இருபாதங்களைச் சிக்கெனப் பிடித்தேன்; நீ நான் என்ற வேற்றுமை அறச் செய்தேன். இனி நீ என்னை எப்படிப் பிரிவாய் எங்கெழுந்தருளுவது என்று இரண்டற்ற ஏகநிலையைக் குறித்து களியுற்று வல்லபம் கூறுகிறார். சாகாக்கால் வேகாத்தலையுணர்ந்து நெருப்பாறு மயிர்பாலம் பற்றிக் கடந்து கற்ப சரீரம் பெற்ற விசேஷத்தினால் அல்லவா உன் இரு பாதங்களையும் பிடிக்கும் பாக்கியம் பெற்றேன். அதன் பயனால் ஆறுதார தேவதைகளும் களிப்புற்று மது உண்ட வண்டுபோல் உறங்கிக் கிடக்கவும், பஞ்சேந்திரியங்கள் அமுதத்தின் வாசனையில் மது உண்ட வண்டுபோல் சேஷ்டையற்றிருக்கவும் நான் மட்டும் யாதொரு தங்கு தடையின்றி ஆஞ்ஞாஸ்தானம் சென்றேன். அங்கே சென்றதும் ஜோதி மயமாக இருந்தது. நான் யார் என்று சிந்திக்கக்கூடாத நிலையில் மெய்யும் மறந்தேன். என்னைத் தவிர வேறொன்றையும் காணேன். பார்த்தவிடமெல்லாம் பரவெளியாயிருக்கிறது. மிச்சம் ஒன்றும் காணேன் என்று சொரூப சித்தியின் இலக்ஷணத்தை அருணகிரிநாதர் தெளிவுபடுத்துகிறார்.

சொரூப சித்தியை யோசிக்கும்போது

காயசித்தி என்பது சொற்பமான காரியமென்றே கொள்ளவேண்டும். கற்பசாதனை செய்து கொண்டுவர இரத்தமயமான இச்சரீரம் விந்து மயமாக மாறிக்கொண்டே வருகிறது. நாம் உட்கொள்ளும் காயகற்பம் சுத்த சுண்ணாம்பு நீராகையால், இரத்தமும் நாளாக நாளாக சுண்ணாம்பு நீரைப் போலாகிவிடுகிறது. நம்முடைய விந்துவைப் பரிசோதித்தால் சுண்ணாம்புச் சத்துடையதாக விளங்கும். நாம் உட்கொள்ளும் ஆகாராதிகளில் சொற்பமான சுண்ணச் சத்துக்கள்தான் சேருகின்றன. ஆனதால் குறைவான முறையில்தான் நமக்கு விந்து உற்பத்தியாகிறது. யோகிகளுக்கோ,

கன்னை நீர் காயகற்பமாகக் கொள்ளப்பட்டு வருவதால் சரீரம் பூராவும் விந்துமயமாக மாறி விடுகின்றது. கன்றும்பிலிருக்கிறது சூட்சம்; சூட்சத்திலிருக்கிறது மோக்ஷம்.

கன்னனிரது பின்னமில்லை சுருக்கான முறையிது
மண்ணணிலே யோகசித்தியோடு வாதவைத்தியம் சித்தியாம்

காயசித்தி பெற்றதற்கடையாளம் இரத்த ஓட்டம் விந்து ஓட்டமாகிவிடும். அப்பொழுது கடுங்கார கன்னை வேகமாய் சரீரம் இருக்கும். இவ்வித சரீரம் பெற்றவரே யோகப் பழக்கத்துக்கு வல்லமை பெற்றவராவார்.

கன்னை சரீரம் ஆகிறது என்பதையே ஒருவரும் நம்பி ஒப்புக்கொள்ளமாட்டார்கள். இந்நிலையில் சொரூப சித்தியை விளக்குவது என்றால் அதிலும் கேவலமாகக் கருதுவார்கள். சரீரம் காற்றாக மாறுவது அசம்பாவிதமான காரியம் என்று தர்க்கத்திற்கும் இடம் உண்டாகும்.

ரசாயன முறைப்படி கன்னைத்தை இளக்க வேண்டின் சமம் நவாச்சாரம் சேர்த்து அரைத்து பனியில் வைக்க புஷ்டியுள்ள ஜலமாகிவிடுகிறது. இது யாவரும் அறிந்த அனுபவம். இதேபோல் இப்புற உடல் கன்றும்பாக்கப் பட்டதற்கு கற்ப சரீரமென்றழைக்கிறோம். கன்னை மயமாக்கப்பட்ட சரீரத்தை இளக்கி காற்றாக்க எப்படி முடியுமெனில், இறைவனலாகாதது ஒன்றுமில்லை.

“கன்னனல்லா லில்லை கண்டீர் சரணது புக்கவந்து
மண்ணின் பாரம் நீக்குதற்கே வடமதுரை பிறந்தான்”

என்று ஆண்டாள் கருத்துக்கிணங்க,

காயசித்தி பண்ணியவன் இளமையை அடைந்து குழந்தையின் சுபாவங்களைப் பெறுகிறான். அப்பொழுது உலகத்தில் சிரேஷ்டமாகிய நவரெத்னங்களையும், செய்ய

வல்லவனாகிறான். எட்டு உலோகங்களையும் உயர்ந்த தங்கமாக மாற்றுகிறான். அஷ்டமா சித்திகளையும் பணியாளாக்கிக் கொண்டு உலகம் பூராவும் சடத்தோடு சஞ்சாரம் செய்து உலக பாலனாக விளையாடிக் கொண்டிருக்கிறான். வெகு காலம் உலக வாசம் செய்து இப்புறவுடலைத் தாங்கவே வெறுப்புற்று சரீரத்தை விட்டு வெளியாகி விடுகிறான். அந்த சரீரம் மண்ணில் மடியாது கற்பகோடி காலமானாலும் பிறந்த மேனியாக இருக்கப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பவர்களும் உண்டு. உடலை ஏன் மண்ணிற்கு பாரமாக வைக்கவேண்டும். காற்றாகவோ, அல்லது சூட்சம சரீரத்தோடு லயமாக்கவோ சிந்தனை செய்து யோகம் பழக ஆரம்பிக்கிறான். யோகம் என்பதற்கு இப்பொழுது அர்த்தம் வாசகர்கள் உணரக்கூடும். சிக்கென யோக நாடிகளைப் பிடித்துப் பழகிவர, கொஞ்ச காலத்தில் ஆஞ்ஞாஸ்தானத்தில் வாசம் செய்ய வல்லமை ஏற்படுகிறது. சந்திரபானம் புசிக்கப் புசிக்க, கன்னை சரீரம் இளக ஆரம்பமாகிறது. எப்படி எனில் ஆஞ்ஞாஸ்தானம், மூளையின் உன்னத ஸ்தானமாகும். அது திமுருகல், (Phospherous) நவாச்சாரம் கூடிய சத்துகளையுடையது. நவாச்சாரம் இளகி சரீரத்தில் உள்ள கன்னை நீருடன் வியாபிக்க சரீரம் நாளுக்கு நாள் இளகி மெழுகுத் தன்மையடைந்து ஜலவடிவாகிப் பிறகு காற்றாகப் பரிணமித்து சூட்சம சரீரத்துடன் லயமாகிறது.

மாற்றிப் பிறக்க மருந்தெனக்கு கிட்டுதில்லை
மாற்றிப்பிறக்க மருந்தெனக்கு கிட்டுமென்றால்
ஊத்தை சடலம்விட்டு என்கண்ணம்மா
உன்பாதம் சேரேனோ

என்பதைக் காண்க.

சூட்சம சரீரம் பெறுவதற்கு சாத்தியமென்ற வழியைக் கீழ்கண்ட பாட்டில் நாயனார் விளக்குகிறார்.

"உண்டநீரது உன்னுள்ளே பாய்ந்திடில்
சண்டனில்லை சாக்காடெய்வதில்லை காண்
அண்டர்கோன் அகத்தீசர் தரிசனம்
கண்டபோது கலிவரா தாண்டையே."

தென்னை மரமானது தானுண்ட நீரைத் தலையிலே தாங்கித் தருவதுபோல், கற்பசரீரியானவன் உண்ட கற்பம் சிரமேல் ஏறிநிற்பது. மறுபடியும் ஆகாரமாகக் கொள்ள விரும்பும்போது பிராணயாமம் செய்யில் மூலை நவாச்சாரசத்தாக இளகி வருகிறது. அதனால் சிவசக்திகள் ஒன்று சேர மறலியுமில்லை, மரணமும் இல்லை என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது.

சூட்சம சரீர நிலை

"சாயைமறையாதோ தன்னுடம்பு தன்னுக்குள்
ஓயாமல் கத்தி நடுஓடாதோ காயம்
உயரப் பறவாதோ உன்மனியைத் தாண்டாதோ
சுயக்குளிகை யாமெனவே சொல்."

—யூகிமுனி

சொரூப சித்தியடைந்தவன் சூரிய வெளிச்சத்தில் போனால், நிழல் பூமியில் விழாது. சூரியனுடைய ஒளி அச்சரீரத்தில் ஊடுருவிச் செல்லும். அந்தவித சரீரத்தில் கத்தியைக்கொண்டு வெட்டி வெட்டிப் பார்த்தாலும் கத்தி ஊடே ஓடிவரும்; சரீரம் துண்டாகாது; புகையைப் போல் கூடி இருக்கும். அந்த சரீரம் ஏன் உயரப்பறக்க முடியாது. சூன்யப் பிரதேசத்திலும் செல்லக்கூடியதாயிருக்கும். இவ்வளவுக்கும் காரணபூதமாயுள்ளது கன்னனாகிய அகாரம் அல்லது அண்டக்கல். ஞானத்தாலாய உடம்பின் பயனன்றோ மோனத்தாலாய உணர்வு. வள்ளுவரின் கருத்துக்கிணங்க மச்சமுனிவரும் கீழ்க்கண்ட பாட்டினால் சொரூபசித்தி அண்டத்தால் பெறலாம் என விளக்குகிறார்.

"அண்டம் கடுக்காய் ஆருமறிந்திலார்
அண்டம் கடுக்காய் அருமையறிந்தவர்
அண்டம் கசடு அறுந்து அணைதனில்
அண்டந்தடுத்து அருபியு மாவரே."

அண்டம் என்பது கடுக்காய் போன்ற உருவமுடையது. இதன் பெருமையையும், வஸ்து இன்னதென்பதையும், அதன் கசடு நீக்கும் ரகசியத்தையும் தெரிந்து பிரித்து அதையே விருந்தாகவும் மருந்தாகவும், தந்தை தாயாகவும், குரு, தெய்வமாகவும் உணரப்பெற்று அதையே உயிராக உட்கொண்டு வந்தால் அண்டத்தின் இருமையினால் சகல சித்திகளையும் ஆண்டு அனுபவித்து அருபியாகி விடலாம் என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது.

கடவுளின் தத்துவம்

தாயுமானவர் கண்ணே கருத்தே எண்ணே எழுத்தே கதிக்கான மோனவடிவே கருதரிய சிற்சபையில் ஆனந்த நர்த்தமிடும் கருணாகரக் கடவுளே என்றார். பிரணவ இயற்கை காட்சியில், கூறியபடி கடல்திறக் கடவுள் எத்தாய் என்று தொண்டரடிப் பொடியாழ்வார் குறிப்பிடுகிறார்.

அறையார் பொற்கழலார்ப்ப அணியார் தில்லை அம்பலத்துள் நடமாடும் அழகன் தன்னைக் கறையார் மூவிலை நடுவேற் கடவுள் தன்னைக் கடல் நாகைக் காரோணங் கருதினானை, இறையானை என்னுள்ளத்துள்ளே விள்ளா திருந்தானை ஏழ்பொழிலுந் தாங்கி நின்ற பொறையானைப் புள்ளிருக்கும் வேளூரானைப் போற்றாதே ஆற்றநாள் போக்கினேனே.

— அப்பர்

முத்தொப்பானை முளைத்தெழுகற்பக
வித்தொப்பானை விளக்கிடை நேரொளி

ஒத்தொப்பானை யொளிபவளத் திரள்
தொத்தொப்பானைக் கண்டீர் தொழற்பாலதே.

— அப்பர்

கருமருவு குகையனைய காயத்தி னடுவுட்
களிம்புதோய் செம்பனைய யான்
காண்டக விருக்கநீ ஞானவனல் மூட்டியே
கனிவுபெற வுள்ளுருக்கிப்
பருவமதறிந்து நின்னருளான குளிகைகொடு
பரிசித்து வேதிசெய்து
பத்துமாற்றுத் தங்கமாக்கியே பணிகொண்ட
பக்ஷத்தை யென்சொல்லுவேன்

அருமைபெறு புகழ்பெற்ற வேதாந்த சித்தாந்த
மாதியா மந்தமீதும்
அத்துவித நிலைபரா யென்னையாண் டுன்னடிமை
யானவர்க ளறிவினூடுங்
திருமருவு கல்லாலடிக் கீழும்வளர் கின்ற
சித்தாந்த முத்திமுதலே
சிரகிரி விளங்கிவரு தக்ஷிணாமூர்த்தியே
சின்மயானந்த குருவே.

— தாயுமானுர்

அன்பர்களின் அறிவுக்கறிவாகியும், தலைமலையொத்து விளங்கும் தக்ஷிணாமூர்த்தியாயும் காக்ஷியளிக்கும் இறைவனின் ஞானசொரூபம் கல்லாலடிக்கீழ் வளர்கின்றது. அது சித்துகளுக்கு முடிவானதும் முத்திக்கு முதலான பொருளாய் விளங்குகிறது. இதுவே கடவுள் எனப் பொருள்படுகிறது. மனப்பக்குவம் அடைந்த எனக்கு நின்னருட் குளிகைகொடுத்து பொன்சரீரமளித்தென்னை ஆண்டு கொண்டாய் என்பதை நோக்குக.

"சருகுசல பக்ஷிணிக ளொருகோடி யல்லாற்
சகோர பக்ஷிகள் போலவே
தவளநில வொழுகமிர்த தாரையுண் டழியாத
தன்மைய ரனந்தகோடி
இருவினை களற்றிரவு பகலென்ப தறியாத
வேதாந்த மோன ஞான
விஷ்டையர் கோடிமணிமந்திர சித்திநிலை
யெய்தினர்கள் கோடி சூழக்
குருமணி யிழைத்திட்ட சிங்காசனத்தின் மிசை
கொலுவீற்றிருக்கு நினைக்
கும்பிட்டனந்த முறை தெண்டனிட் டென்மனக்
குறையெலாந் தீரும்வண்ணம்
மருமலரெடுத் துனிரு தாளையர்ச்சிக்க வெனை
வாவென்றழைப்ப தெந்நாள்
மந்திர குருவே யோக தந்திர குருவே மூலன்
மரபில்வரு மௌன குருவே."

— தாயுமானுர்

மணி, மந்திர, யோக தந்திரங்களை உபதேசிக்க மூலர் வர்க்கத்தில் தோற்றமாகிவரும் நீ, குருமணி இழைத்த சிங்காசனமாகிய ராகுகேதுவின் குடைநிழலில் நின் இரு பாதங்கள் இருக்கின்றன, ராகுகேதுவாகிய மலரெடுத்தாலொழிய பாதங்களை காணமுடியாது. ஆனதால் மறைப்பாகிய மருமலரெடுத்துனிருதாளையர்ச்சிக்க, பூசிக்க வாவென்றழைப்பது எந்தநாள் என கேட்கிறார்.

இதிலிருந்து நமக்கு கடவுளைப்பற்றி ஒருவாறு விளக்கமாகும். அமுத கலசம், அக்ஷயபாத்திரம், கோவில் கும்பம், பூர்ணகும்பம் அல்லது வீடு என்ற ஒரு சிறு உலகம் உள்ளது. அது இருவினையற்றவர்களால் உணர்ந்து எடுத்து கட்டித்திறந்து உள்ளிருக்கும் சங்கு நீர்த்தமும் சக்கரமாகிய அண்டச்கல்லும் அகர உகரமாகிய இரு பாதங்கள் அல்லது சிவசக்தியாகிய லிங்கம் என்பதை

கடவுளாகக் கருதி வழிபட்டு வந்திருக்கிறார்கள். இதன் ஆதியந்தம் பூராவும் திருநாவுக்கரசு சுவாமிகள் தேவாரம், விடைத் திருத்தாண்டகத்தில் அப்பு அழுக்கு அற வெளியாக்கியுள்ளார்.

மந்திரம் பூசை

மந்திரமென்பது வீடு. வேத ஆகம புராணங்கள் விளக்குவது பிரணவம், வீட்டில் உள்ளது பிரணவம். பிரணவம் பஞ்சபூதங்களால் கட்டுப்பட்டது.

"மந்திரமாவது நீறு வானவர் மேலது நீறு"

என்றும்

"மந்திரமும் மறைபொருளுமானான் தன்னை, மதியமும் ஞாயிறுங் காற்றுந்தீயும், அந்தரமு மலைகடலு மானான் தன்னை, அதியரைய மங்கை அமர்ந்தான் தன்னைக் கந்திருவஞ்செய் திருவார்கழல் கைகூப்பிக் கடிமலர்கள் பல தூவிக் காலை மாலை இந்திரனும் வானவரும் தொழச் சொல்வானை ஏழையேனுன் பண்டிகெழ்ந்தவாறே"

என்றும்

"மருந்தானை மந்திரிப்பார் மனத்துளானை வளர்மதியஞ் சடையானை மகிழ்ந்தென் உள்ளத் திருந்தானை இறப்பிலியைப் பிறப்பிலானை இமையவர்தம் பெருமானை உமையாளஞ்சக், கருந்தான மதகளிற்றினுரி போர்த்தானைக் கனமழுவாட் படையானைப் பலிகொண்டுரோர் இரிந்தானைக் காவலானைச் செழுநீர்த்திரளைச் சென்றாடினேனே."

என்றும் திருநாவுக்கரசு தேவாரம் குறிப்பிடுகிறது.

மருந்தும், மந்திரமும், பஞ்சாக்ஷரமும், அஷ்டாக்ஷரமும் திருநீறும், பஞ்சபூதங்களும் ஒன்று சேரப்பட்ட

முப்பூவிற்கே இத்தகைய நாமங்கள் இடங்களுக்குத் தக்கபடி குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது.

"ஆட்டப்பா அஷ்டாக்ஷர மென்னவென்றால்
அன்பனே அமுரிபுளியாகுமப்பா"

என்று அகத்தியர் சொல்வதைக் காண்க.

இத்தகைய மந்திர நீற்றைத் தொட்டு என்ன காரியம் கருதிச் செய்தாலும் உடனே சித்திபலிதமாகும். இத்திரு நீற்றுக்கே சித்தர்கள் ஏகாக்ஷரம், பஞ்சாக்ஷரம், சடாக்ஷரம் அஷ்டாக்ஷரம் 51 அக்ஷரம், சக்கரங்களில் விந்து பிறை கோணம், முக்கோணம், நாற்கோணம், ஐங்கோணம், அறுகோணம், அஷ்டகோணம், நவகோணம், நாற்பத்து முக்கோணம் என்றும் சிறப்புப் பெயர்கூறி முடிவில் அக்கோணங்களுக்கு எண்ணும் எழுத்தும்; யந்திரமாவது அமுதகலசம் மந்திரமாவது அகர உகரம் அடைக்கக் கூறியுள்ளார்கள், அவ்வண்ணம் கூறியபடி இப்பொருளை உணராது நூல் கற்பனைப்படி சித்தி செய்தோர்கள் ஒருவரேனும் சித்தர்கள் ஆனோரென்பதற்கு ஆதாரங்களில்லை, அவர்கள் மரணமடைந்ததைப் பார்த்தும் கேட்டுமிருக்கிறோம். அதை உண்மை என்று இன்றும் பலர் இம்முறைகளைப் பழகிவருகிறார்கள். உலகத்தில் ஜெபிக்கும் மந்திரங்கள் யாவும் இதத்துக்கு சாதனமளிக்கும் தொழில்களாகும் பரகதிக்கு ஆக வேண்டியவையே நாம் கவனிக்கத்தக்கதாகும். அகஸ்தியர் மந்திர மாலிகா வென்னும் நூலில் மூளையின் மத்தியஸ்தானத்தில் பல அறைகள் உள்ளன. ஒவ்வொரு எழுத்தை உச்சரிக்கும்போது அவ்வெழுத்துக்கான அறை மட்டும் திறக்கப்பட்டு, நம் கருத்தும் அவ்வறையின் வழியாய் தொழில் புரியும் நிலையை அடைகிறது என்கிறார். நாம் தொடர்ந்து ஜெபிக்க ஆரம்பம் செய்ததும் எழுத்துக்கான அறைகள் மட்டும் தொடர்ந்து இயங்கிக் கொண்டிருக்கும். நம் கருத்து ஒன்றின் பின் ஒன்றாக அலைமோதுதல்போல் அந்த அறையைத்

இறந்துஇறந்து சக்தியை வெளிக்கிளப்புகிறோம். அப்பொழுது குறிப்பிட்ட கருமம் சித்தியாகிறது. இத்தகைய காரிய சித்திகள் இகத்துக் குற்றதாயினும் சித்தியை அனுபவித்தவர்களால் உணர்த்தப்பட்டு செய்வதே நலம். தவறிமனம்போனவாறு ஜெபித்தால் பலன் கிடைக்காது. நேர்மாற்றமாகவும் பலன் விளையும். நூலை நம்பி மந்திர சித்தி செய்த பலரும் மரணமடைந்தார்கள்; அதுவும் பல கஷ்டங்களுக்கு உள்ளாகி.

சித்தர்கள் கையாண்ட மந்திரமே இகபரசுகமளிக்கும் சக்திவாய்ந்தது. ஆனதால் உலகத்தவர்களுக்காக கூறியுள்ளதை நாம் கவனிக்கத் தேவை இல்லை.

மனமது செம்மையானால் மந்திரம் ஜெபிக்க வேண்டாம். மனதை உலகிடையுள்ள விசித்திரப் பொருள்களில் பற்றவிடாது தடுக்க எவராலும் முடியாது. பிரணவ பஞ்சாக்ஷரத்தை புணர்ந்து திருநீறாக்கி அதை கற்பமாக உண்டுவந்தால், உலகவாதிகள் அக்ஷரலக்ஷம் ஜெபித்து சித்தி பண்ணுவதைக் காட்டிலும், நினைத்தமாத்திரமே சித்தி பிரதிபலிக்கும். ஆனதால் செம்மை மனத்தையுடைய சித்தர்கள் திருநீறு அல்லது பூசையின் விவரம் என்னவென்று ஆராய்வோம்.

"வெட்டாத சக்கரம் பேசாத மந்திரம் வேறொருவர்க்
கெட்டாத புஷ்பம் இறையாதீர்த்தம் இனிமுடிந்து
கட்டாத லிங்கம் கருதாத நெஞ்சம் கருத்திறுள்ளே
முட்டாத பூசையன்றோ குருநாதன் மொழிந்ததுவே."
—பட்டினத்தார்

சித்தர்கள் பூசிக்கும் சக்கரம் மேருவைப்போல் உள்ளது. வெட்டி தகட்டில் வரைவதில்லை. இச்சக்கரம் பஞ்சபூதங்களாலான அண்டக்கல்லேயாம். இது ஜெபம் செய்யப்படுவதில்லை. இம்மேரு மற்றெருவருக்கு

எட்டிப் பக்கக்கூடாத நிலையில் புஷ்பமாக இருக்கிறது. இதனுள் இறைத்து சேதப்படுத்தக் கூடாத சுத்த கெங்கை மேருவென்றண்டத்தைச் சுற்றியும் கலந்துமிருக்கிறது. மேருவாகிய அண்டமே இயற்கையில் சிருஷ்டிக்கப்பட்டுள்ள லிங்கம். இந்த லிங்கத்தையும் தீர்த்தத்தையும் பக்குவப்படுத்தி உண்டு கற்பசாதனை செய்தற்கே சித்தர் பூசை என்பதாம். காயகற்பம் செய்முறை குருமூலமாக விளக்கப்படுவது.

நாற்பத்து முக்கோணம் நாடுமெழுத்தெல்லாம்
மேற்பற்றிக் கண்டறிநீ—குதம்பாய்
சட்கோணத் துள்ளசந்த சண்முக வக்கரம்
உட்கோணத் துள்ளறிநீ—குதம்பாய்
ஈராறு மொன்றும் ஈரெட்டு மொன்றும்
சேராத வீணர்ஜெபம் பண்ணுவார்கள்
கூரான வாசியைக் குருவாகக் கண்டத்துள்
நேரானபோது நிலைக்கு மெய்ஞ்ஞானமே.
—நந்தி

ஈராறு எட்டு அல்லது பன்னிரண்டு கலைகளாகிய சூரியன் யோகத்திற்கு அகர நாடியாகி எட்டாகி ஏகமாயிருப்பதையும் ஈரெட்டு பத்து அல்லது பதினாறு கலைகளையுடைய சந்திரன் யோகத்திற்கு உகர நாடியாகி ஒன்றாயிருப்பதையும் இணைக்கத் தெரியாதவர், சேர்ந்து விழுங்கத் தெரியாதவர் வீண் மந்திர ஜெபங்களைப் பண்ணுவார்கள். கற்பசாதனையால் வாசியை இழுக்க, விடத் தேவையற்றபோது கடையெழுத்தைப் பிரயோகம் செய்யவே வாயு குருவாக கண்டத்துள் நிலைத்திருப்பதால் மூலாதாரம் வழி ஓடி அதோமுகமாக கபாலம் ஏறியதும் மெய்ஞ்ஞானம் தெரிசனமாகிறது என்பது நந்தீசர் கருத்து.

வகையனே வாசியது மனமுங் கண்ணும்
மயங்காதே சிவாயமென்று புலம்பிடாதே
பகையாதே அக்ஷரங்க ளைம்பத்தொன்றும்
பரிபாஷை யாலுரைத்த நாமபேதம்
திகையாதே நாமமட்ச ரங்களொன்றும்
செபியாதே அறிவுகெட்ட மருடரைப்போல்
நகையாதே மானிடரைப் பலசாதியென்றும்
நம்பாதே நல்வெளியிற் காலைக்காரே.

—வால்மீகர் சிவயோக ஞானம்

ஆசையாம் பாசமாய்கை அறிவதை மயக்கியுள்ளுள்
ஈசனை தேடொட்டாமலிருக்க மல்லிருளை நோக்கிக்
கோசமாங் குறியை நோக்கிக் குருபரன் வடிவைக் கொண்டு
வாசமா மலராளுர் நாகைநாதரை வணங்கு நெஞ்சே
உனைவிட வேறுதெய்வம் உண்டென உலகிற்றேடும
நினைவதே தெய்வமாகி நீகண்டு நின்றாயானால்
சென்னமாம் பிறவிபோகுஞ் சிவத்துள்ளே சேர்க்குமெங்கோன்
மனமகிழ்வாசி நாகைநாதர்தாள் வணங்கு நெஞ்சே

என்பதை கவனிக்கற்பாலது

"அங்கென்ற அக்ஷரத்தை சொல்லக்கேளு
அப்பனே கழினை வாளுவிட முதலெழுத்தாம்
சங்கையுடன் அதினாலே கடை எழுத்தை
சாங்கமுடன் அரியலாம் அப்பாசொன்னேன்
எங்கும் கக ஜீவனமாய் பெரியோர்தானும்
என்மகனே ஒருபோது அமுர்தங்கொண்டு
லிங்கமது தானறிந்து பசியொழிந்து
உலகத்தில் கருவாளி யாகித்தானே"

என்று மந்திர ரகசியம் என்னும் தலைப்பில் அகத்தியர் சொல்கின்றார். முதலெழுத்து அகரம்; கடை எழுத்தும் (அக்). இந்த இரண்டும் சேர்ந்ததே அமுதம். இதை உண்டால் பசி ஒழியும். லிங்கம் என்பது அகரத்தின் ரூபம் என்பதாம்.

இதுதான் ஜனக மஹரிஷி மறைந்த பொருளாம். "அழியாமல் பிரஞ்சீவி பதந்தான் பெற்ற, அருள் ஜனகர் மறைத்து வைத்த பொருளையப்பா; தெளிவாகச் சொல்லி விட்டேன்," என்கிறார் அகத்தியர்.

சுருதிகள் அந்தத்தில் சூட்சமமாய் சொன்ன பொருள் இது தானப்பா என்றும் சொல்லுகிறார். சித்தர்கள் நூல்களில் இவ்விதப் பாடல்கள் மலிந்து கிடக்கின்றன. இரவும் பகலும் அவைகளைப் படித்தல் வேண்டும்.

வினை

"வினையே இச்சரீரம் வினை ஒழிந்தால் தினைப்போதும் நில்லாது இத்தேகம் கண்டீர்"

வினையுள்ள அளவிற்கு நாம் உடலைத்தாங்கி வாழ்ந்து கொண்டு வருகிறோம். வினை அந்நிய மடைந்ததும், சரீரத்தை மனம்போல் மறைந்து இறைவன் நிலையை அடைகிறோம் என்பதே சித்தர்கள் கருத்து. நாம் சரீரத்தோடு தோன்றி இருப்பது ஏதோ சில விட்டுப்போன கருமங்களை இச் ஜென்மத்திலாவது பூர்த்தி செய்யவேண்டுமென இச் சரீரத்தை தாங்கி வந்திருப்பதாகக் கருதுகிறோம். நாம் எதற்காக வந்தோம், எக்கருமத்தைச் செய்ய வேண்டும் என்பதை முன்கூட்டித் தெரிய இடமின்றி, நம்மை நாம் உணராது வினை இயக்கும் வண்ணம், மனமும் சம்மதப் பட்டு நாம் செய்வதுபோல் கருமங்களை செய்து வருகிறோம். இதை உணராது, நாம் சர்வ காரியங்களையும் நம் பிரியத்துக்குச் செய்து வருவதாக எண்ணுகிறோம். சில சமயம் செய் கருமங்களில் ஒன்றுக்கு பத்து மடங்கு ஊதியத்தைப் பெற்று உற்சாகம் அடைகிறோம் சில சமயம் பூர்வ வினைத்தொடர்பால் சகல துறைகளிலும் செய்வினையால் தடைபட்டு பலன் குறைந்து கொண்டே வருகிறது. தீமையை அனுபவிக்கும் ஜாதகன் இறைவனையே ஓயாது சிந்தை செய்து வினையொழிய வெளி மயக்காகிய நவக்கிரக பிரதிஷ்டைகளை நம்பி அபிஷேக அலங்காரங்களைச் செய்வித்து அஷ்டோத்ர அர்ச்சனைகளைச் செய்து வருவதால் நவக்கிரகப்பிரீதி ஏற்பட்டு தலைக்கு வந்தது தலைப்பாகை யோடாகிலும் போகட்டும் எனத் தலைமுறையாகப் பேசிவரும் மயக்க வார்த்தைகளை நம்பி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். இத்தகைய பரிகாரங்கள் செய்வதினால், நவக்கிரகங்களால் நிகழ்த்தப்பட்ட இருவினைகளில் ஏதாயிருந்தாலும்

அதில் அணுவளவும் மாற்றியமைக்க இறைவனாலும் இயலாது என்பதை பலர் இன்றளவும் அறிந்தார்களில்லை. இறைவனால் இயற்றப்பட்ட சட்டங்களைக் கொண்டு கிரகங்கள் ஆதிக்கம் செலுத்துகின்றன. அதை மாற்றியமைக்க ஒருவராலும் முடியாது. உலக நிகழ்ச்சிகள் யாவும் நவக்கிரக ஆதிக்கத்தால் இயங்குகின்றனவென்று வைத்துக்கொண்டால் மனிதன் இருவினைகளைத் தானே தேடிக்கொள்ளவில்லை என்று அர்த்தமாகிறது. ஆகவே மனிதன் நவக்கிரகங்களினால் இயக்கிக்கொள்ளுகிறானா என்பது கேள்வி. இவ்விதமாக நமக்குள் பலவித சந்தேகங்கள் மாயையின் வல்லபத்தால் தோன்றிக் கொண்டே போகும்.

"கருமம் சிதையாமல் கண்ணோட வல்லார்க்கு
உரிமை உடைத்திவ் வுலகு."

மாயை, கிரகங்கள் ஆதிக்கம், முன்வினை, விதி, ஆண்டவனின் தீர்ப்பு இவற்றைப்பற்றி பல நாட்டு மக்களிடையேயும் பல மாறுபாடான கருத்துக்கள் இருக்கின்றன. ஒருவர் கூறுவதை ஒருவர் மறுப்பதும், பூசல்கள் விளைப்பதுமாக இருக்கின்றனவே இதுதான் முடிந்த முடிவு தீர்மானமான எண்ணம் என்று ஏகோபித்து அனைவரும் இன்றளவும் ஒன்றாகவில்லை. இந்நிலையில் நாம் நூலில் பன்முறை கூறியபடி நான்கு பூதங்களை நவக்கிரகங்களாகிய உலக அமைப்பு என்றால் அது புரட்சிகரமாகத்தோன்றும். சிலருக்கு பழமையாகவும் தோன்றும், இதன் முடிவை அவரவர்களின் எண்ணத்திற்கே விட்டு விட்டோம்.

இப்படிப்பட்ட உலக அமைப்பில் மனிதன் இன்பமும் துன்பமும், வினைகளின் தொடர்புக்கேற்ப அனுபவித்து வருகையில் தீவினையின் பயனாக துன்பம் வரும்போது விசனிக்கிறான். துன்பத்தைச் சகித்துக்

கொள்வது கஷ்டமாயிருக்கிறது என்கின்றான். அவ்விதமே நல்வினையின் பயனாக ஆனந்தமடையும்போது, இந்நிலை எப்போதும் நிலைத்திருக்க வேண்டுமே, கனவிற்கு சமானமாக வாழ்க்கை நிலை இருக்கின்றதே என எண்ணி ஏங்குகிறான். இவை யாவும் மாயையின் வல்லபத்தால் ஏற்படுவதாகும். இவ்வித இன்ப துன்பங்களை அறவே யொழிக்க உலகின் உற்பத்தியில் சித்தருலகம் என்னும் அமுதகலசத்துள் நவக்கிரக சக்திகளையுடைய அண்டக்கல்லை (Philosopher's Stone) சஞ்சீவி மந்திரமாக சிருஷ்டிக்கப் பட்டிருக்கிறது. இதுவே பிறப்பையும் பிறப்புக்கு ஆதாரமாகிய வினைகளையும் அறுக்கும் பிரணவ பீஜமாம்.

"துன்பம் உறவரினும் செய்க துணிவாற்றி
இன்பம் பயக்கும் வினை"

வினை முடிவில், இன்பம் பயக்கக்கூடியதாயினும், செயல் முதலில் துன்பம் பயக்கினும் உறுதியாக நின்று வெல்லுதல் வினையின் பயனாதலால், துன்பம், இன்பம் என்ற இருவினைக்கும் நாம் ஆளாகாதிருக்க இனிமேலாகிலும் ஏகாக்ஷரத்தை அறிந்து கொள்ள முயலவேண்டும்.

ஏகாக்ஷர லக்ஷணம்

கம்பத்தெழுத்தோ கதைஎழுத்தோ கால்மேலாம்
உம்பற்கிரியிலுயிரெழுத்தோ ஒருகாலிருகாலோ
ரெழுத்தோ, சேர்ந்தோர்க் கன்றே அருள்புரியும்
ஐம்பத்தோரெழுத்தும் அகரவெழுத்தொன்றே அறி

அ வென்ற சப்தம் உயிரெழுத்துக்கெல்லாம் முதலாகியதால் அகரம் என்று வழங்கலாயிற்று. அகரம் சப்தத்திற்கு முதல் தோன்றி எழுந்ததால் கம்பத்தெழுத்தாகவும், அந்தமாகிய சப்தம் கடை எழுத்தாகையால் கடை எழுத்தென்றும் வழங்கலாயிற்று. ஆதியும் அந்தமும் அமுரி புளி, அஷ்டாக்ஷரமாவதும் அமுரிபுளி ஆக அகர

உகரம் சேர்ந்தது சிவசக்தியாகிய பஞ்சபூதம் ஐந்தென்றும் ஈரெழுத்தும் சேர்ந்தது பத்தென்றும் அகர உகர மகரம் சேர்ந்த ஓமென்றெழுத்து ஒன்றானது ஒன்று என்றும் ஆக ஐந்து, பத்து, ஒன்று ஐம்பத்தொன்று என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. கடை எழுத்து பிரயோகம் செய்ததும் சூரிய சந்திர நாடிகள் இணைக்கப்பட்டு பிராண வாயு மூலாதாரம் சென்று முதுகின் தண்டு வழி மயிர்ப் பாலத்தைப் பற்றி நெருப்பாற்றைத் தாண்டி மலையின் உச்சியாகிய சிகரமென்னும் சிரசில், சிதாகாசத்துள் சேர்ந்ததும் அறிவின் கண் ஜோதி தரிசனம் உண்டாகிறது. நம்முடைய பஞ்ச பூதம் ஒன்றுபட்ட நிலையிலேதான் அறிவின் கண் ஒளி தோன்றுமென்றோம். அதற்குப் பிரணவப் பஞ்சபூதம் ஒன்றுதான் நம்முடைய சரீரத்தையும் பஞ்சபூதங்கள் பிரியாது கட்டிவைக்கும் வல்லமை பெற்றது. முன்விட்ட குறை வினை வசத்தால் தொடர்ந்து உண்மைப் பொருளாகிய பிரணவத்தைப் பற்றினோமானால் இருவினையும் பெறலாமென்பது வேதமுடிவு.

ரசமணி (Electrum)

ரசமணியைப் பற்றி குறிப்பிடும்போது சித்தர்கள் இதற்கான முறைகளைக் கையாண்டதும், மேனாட்டு ஆராய்ச்சியாளர்களும், ரசவாத தத்துவ நிபுணர்களும் கையாண்ட முறைகளைப் பற்றியும் ஒப்பிட்டு ஆராய வேண்டியதவசியம். ரசமணியின் குணங்கள் அமோகம். பிணிகளைப் போக்கும்; வாளுளைப் பெருக்கும்; உடலைக் கட்டும்; மலடிக்கும் மக்கள் உண்டாக்கும்; சித்திகள் பலவும் சித்தியாகும் என நம் சித்த நூல்களிலேயே கூறப்பட்டுள்ளன.

இம்மணிகளில் எட்டு வகையுண்டு. அவற்றின் எடைகள் குணங்கள், மகிமைகள் யாவும் அவ்வவற்றின் தன்

மையைப் பொருந்தன எனவும் கூறி இருக்கிறார்கள். இவை எல்லாம் செய்யப்படுவது பாதரசத்திலிருந்தே என்று அறிகிறோம்.

குளிகையின் இடை விவரம்

1. சகடுக்குளிகைக்கு ஜெயரூதம் பதினாறு களஞ்சி
2. கவனக்குளிகைக்கு பதினேழு களஞ்சி
3. கரபிக்குளிகைக்கு பதினெட்டு களஞ்சி
4. போகக்குளிகைக்கு நான்கு களஞ்சி
5 சந்தானக் குளிகைக்கு பத்தொன்பது களஞ்சி
6 காமுலிக் குளிகைக்கு பத்தொன்பது களஞ்சி
7. அஷ்டமாசித்துக் குளிகைக்கு இருபத்தொரு களஞ்சி
8. கமலினிக் குளிகைக்கு இருபத்தைந்து களஞ்சி
9. சொருபக் குளிகைக்கு முப்பது களஞ்சி வகுத்துள்ளார்கள்.

மேலே கண்ட எடைக்கு முன் பின்னாகச் செய்யில் குறித்துள்ள பலனைக் காண முடியாது. குளிகை கட்டுவதற்கும் சாரணைக்கும் அண்டக்கல் அவசியம் தேவை இருக்கிறது. அண்டக்கல் சாரணை திராவிட்டால் குளிகைக்கு மகத்துவம் இராது. ரசமணி பல வழியில் கட்டலாம்; அவற்றுள் முதல் தரம் அண்ட ஜெய நீரால் கட்டுவது. இரண்டாந்தரம் துருசு கண்ணத்தால் கட்டுவது, மூன்றுந்தரம் வங்க ஜெய நீரால் கட்டுவது சித்தர்கள் முறையாகும்.

மேலே குறிப்பிட்ட மணிகளைத் தயார் செய்வதற்கு முன்னதாக இரசத்தை நெருப்புக்கு ஓடாதபடி உருகி ஆடக்கூடிய ஜெயரசமாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள மணிகளைப் போன்று எலக்ட்ரம் (Electrum) என்பதொரு மணியைப் பற்றி மேனாட்டு ஞானிகளில் ஒருவராகிய பார்ஸெல்ஸ் என்னும் ஆசிரியர் தம் நூலில் குறிப்பிட்டிருக்கிறார். இந்த மணியானது ஏழு உலோகங்களாலானது என்றும் அதன் குணங்கள் அளவிட முடியாதவை என்றும் கூறியுள்ளார். இம்மணியை மோதிரமாகப் போட்டுக்கொண்டால் வாத ரோகங்களும், தசையினால் ஏற்படும் (Spasm) கோளாறுகளும் தடுக்கப்பட்டு குணமாகின்றன என்றும் குறிப்பிடுகிறார். இதை அணிபவர்களுக்கு காக்கை வலிப்பு (Epilapsy) நரம்புத்தளர்ச்சியினால் ஏற்படும் ரோகங்களும் ரத்தக் குழாய் வெடிப்புகள் (apoplexy) போன்ற வியாதிகளும் நெருங்குவதில்லையாம். காக்கை வலிப்பு ஏற்பட்டு அதன் கொடூரத்தாக்குதலினால் பிணம் போல பூமியிலே சாய்ந்து கிடந்தாலும் அவனுடைய நடுவிரலில் அம்மோதிரத்தை இட்டால் தன் உணர்வு பெற்று எழுந்திருக்கும் சக்தி பெறுகிறார் எனவும் கூறுகிறார். யாதொரு வியாதியையும் வெளிக்காட்டாமலே இருப்பினும், வெளித்தோற்றத்திற்கு ஒருவர் சுகஜீவியாய் காணப்பட்ட போதிலும் அவரின் உடலில் வியாதிகள் உள்ளுக்குள்ளே உருவாகி வருமாயினும்கூட அவரது நடுவிரலில் இம்மணியைக் கொண்டு தயாரித்த மோதிரத்தை மாட்டினவுடனே மணி திடீரென்று வியர்த்து நிறம் மாறி அதன் பேரில் புள்ளிகள் தோன்றும் எனவும் குறிப்பிட்டுள்ளனர். பகையின் மிகுதியால் பாலில் பாஷாணத்தைக் கலந்து கொடுக்கும் பாதகர்கள் உண்டு. நற்பழச் சாற்றிலே நஞ்சைக் கலந்து கொடுப்பாரும் உண்டு இவர்களின் சூது கண்டறிந்து அவற்றினாலேற்படும் கொடுமைகளைத் தவிர்க்க பார்ஸெல்ஸ் (Parcelsus the Great) ஒரு மார்க்கம் கூறுகிறார் அதாவது நாம் உட்கொள்ளும் பொருள்கள் அனைத்தையும் எலக்ட்ரம் என்னும் மணியினாலாகிய பாத்திரங்களிலிட்டு உட்கொள்ள வேண்டுமென்பதாம். அப்படி இட்டபோது உணவிலே உயிர் போக்கும் நஞ்சு இருந்ததால் அப்பாத்

திரம் உடனே வேர்க்கத் தொடங்கி அதன் மேல் புள்ளிகளும் தோன்றுமாம். இதைக் கொண்டு நாம் நமக்கு நேர உள்ள கெடுதிகளை அறியலாமென்றும் குறிப்பிட்டிருக்கிறார். இதன் காரணமாகவே முன்னாட்களில் இரசமணியினாலாகிய அணி ஆபரணங்களையும், பாத்திரங்களையும் நம் முன்னோர்கள் கையாண்டு வந்தனர் என்றும் தெரிய வருகிறது. கால மாறுபாட்டினாலும், சாம்ராஜ்ஜியங்கள் சரிந்ததாலும் அழிந்ததாலும் இவை பூமியில் புதைபட்டு மறைந்தன. இன்றும் அவை புதை பொருளாகக் கிடைக்கின்றன என்று பார்ஸெல்ஸ் கூறுகிறார். இவைகளின் குண விசேஷங்களை மக்கள் அறியாத காரணத்தால் இவற்றைக் கண்டு எடுத்தும் மக்கள் அதன் உண்மையை உணரவில்லை. சிலர் பழைய குளங்களை வெட்டும்போதும், வீடுகள் அஸ்திவாரம் தோண்டும் போதும், விக்கிரகங்களையும், பல பாத்திரங்களையும் எடுத்து கோவில்களுக்குக் கொடுத்திருப்பதைக் கேட்டும் பார்த்துமிருக்கிறோம். இதன் பெருமையை உணர்ந்த மேனாட்டவர்கள் இன்றும் அத்தகைய புதை பொருள்களை பொது விலை மதிப்புக்குமேல் ஒன்றுக்கு நூறு ஆயிரம் மடங்கு அதிகம் கொடுத்து வாங்குவது இன்றும் பார்த்தும் கேட்டுமிருக்கிறோம். அதன் காரணம் என்னவாக இருக்கும் என்று வாசகர்களே உணரலாம். இவை அத்தனையும் கட்டுக் கதையல்ல. நாம் நேரில் கண்டு அனுபவித்த உண்மைகள் என்று வலியுறுத்திக் கூறுகிறார்.

ஆதிகாலத்தில் பெர்சியா (Persia) சாலியா (Challea) போன்ற நகரங்களிலே தோன்றி வளர்ந்ததாகக் கூறப்படும் மந்திர சக்திகள் அனைத்திற்கும் காரணம் இம்மணியே என்பதையும் நாம் கண்டறிந்ததாகக் குறிப்பிடுகிறார். ஒரு சமயம் அவர் ஸ்பெயின் (Spain) தேசத்திற்குச் செல்ல நேர்ந்ததாம். அங்கு அவர் ஒரு மாந்திரீகன் வீட்டுக்குச் சென்றிருந்தார். அம்மாந்திரீகன் ஓர் ஒலிக்கும்

மணியை வைத்திருந்தார். அதன் எடை சுமார் இரண்டு பவுண்டு இருக்குமாம். அதனுள் சில எழுத்துக்களில் சொற்களும் எழுதப்பட்டிருந்தனவாம். அந்த மணியை அவர் நினைத்தபடி அவர்முன் தேவதைகள் தோன்றினவாம். அவர் நினைத்த மாத்திரத்திலேயே அவைகள் திரும்பிப் போய் விட்டனவாம். இத்தகைய நிகழ்ச்சிகளை பார்சல்ஸ், பல அவரிடம் கண்டாராம். ஒவ்வொரு தடவையும் அந்த மணியிலுள்ள எழுத்துக்களை அவர் மாற்றுவதாகவும் கவனித்தார். அதைப்பற்றி அவர் பலவிதயோசனை செய்தாராம், கடைசியில் அந்த எழுத்துகளில் உள்ள மகிமையைவிட அந்த மணியின் மகிமைதான் அதிகம் என்று கண்டறிந்தார். அம்மணி எலக்ட்ரம் என்னும் ரசமணியால் செய்யப்பட்டது. எனவேதான் அதற்கு இத்தகைய அபூர்வசக்தி இருக்கிறது என்பதைக் குறிப்பிட்டிருக்கிறார். ரசமணியின் குணங்கள் பல. அபூர்வமான சக்திகள் அனேகம் என மேனாட்டாரும் இந்நாட்டாரும் ஒன்றுபட கூறி இருப்பது இங்கு கவனிக்கத்தக்கதாகும். இவை உண்மையாயிருக்குமோ, இவை சாத்தியமா என சிலர் ஐயுறலாம். முயன்று முடித்தாலன்றி சொல்லால் விளக்குவது எளிதல்ல.

இலங்கை வேந்தனாகிய இராவணன் இத்தகைய ஓர்ப அரிய மணியை மார்பில் அணிந்து திக் விஜயம் செய்து எதிர்த்தவரை வென்று வாகை சூடியதாக பார்ஸெல்ஸும் கூறி இருக்கின்றார். இவற்றால் நாம் முக்கியமாக அறிவது என்னவெனில் இம்மணியைச் செய்து முடித்தால் நாம் நவக்கிரகங்களின் ஆதிக்கத்தினின்று விடுபடுவதல்லாமல் இயற்கை சக்திகளையும் நமக்குச் சாதகமாக்கிக் கொள்ளுகிறோம். இத்தகைய கருத்துக்களும் செயலாற்றும் திறமையும் நம் நாட்டிற்கே முழுவதும் உரியது என்று சொல்லிவிட முடியாது. மேனாட்டிலேயும் பல அறிஞர்கள் தோன்றி, ரசவாத முறைகளிலும், சித்த முறைகளிலும் வல்லமை பெற்று விளங்கி இருக்கிறார்கள்

என்பது பார்ஸெல்ஸஸ் போன்ற அறிஞர்களின் பொன்னெழுத்துகளால் அறியக்கிடக்கின்றன. கையாளும் முறைகளிலே மேனாட்டாருக்கும் நமக்கும் சில மாறுபாடுகளிருக்கலாம். அதைக்கொண்டு அவர்களது முறைகள் பயனற்றதெனத் தள்ளிவிடக்கூடாது. இரண்டையும் ஆராய்ந்து இரண்டிலும் உள்ள முறைகளைத் தொகுத்து அவற்றின் மூலம் நமது வேலையை எளிதாக்கிக் கொள்வதுதான் அறிவுடைமையாகும்.

ரசமணியை நம் நூல்கள் கூறுமிடத்து பாதரசம் ஒன்றையே மட்டும் குறிப்பிட்டிருப்பதாகத் தெரிய வருகிறது. இம்மணியை ரசாயன முறைகளினாலும், இயற்கையிலுள்ள அண்டக்கல்லின் மூலமாகவும் முடிக்க முடியும் என்பது நூல்களின் கருத்து. இந்நூலில் ஏற்கனவே அண்டக்கல் சர்வ வல்லமை வாய்ந்தது என்று கூறியுள்ளோம். அது நவக்கிரகங்களின் அம்சங்களையும் நவலோகம் நவரெத்னங்களின் அம்சங்களையும் அதிசூக்குமமாகப் பெற்றிருப்பதாக முன்பே கூறியுள்ளோம். உலகின் கண் காணும் பொருள் அனைத்தின் சத்துகளும் அடங்கி அண்டக்கல்லில் அமர்ந்திருப்பதனால் அதைக்கொண்டு ரசமணியைக் கட்டி விடலாமெனச் சித்தர்கள் கருதினார்கள் போலும். பார்ஸெல்ஸஸ் கூற்றுப்படி மேனாட்டு மணிகட்டும் முறை, சிறிது வேறுபடுவதாகத் தெரிகிறது. முறைகளிலே சிறிது மாற்றமாகத் தோன்றினாலும் முடிவில் ஒன்றாகத்தான் இருக்கவேண்டும்.

தங்கத்தையும் ரசத்தையும் சேர்த்து கட்டவும், கட்டுப்பட்ட கூட்டு சரக்கிலிருந்து ரசமெடுக்கவும் இந்த ரசமானது பிற உலோகங்களை எளிதில் உருக்கவும் சக்தியை பெற்றது. இது அவற்றுள் ஊடுருவிப்பாயும் தன்மையுடையது. ஞான வெட்டியில் வாலை திராவகம் கூறப்பட்டுள்ளதை இத்துடன் ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள். மணி கட்டுவதற்கு இதுவே முக்கியமானது;

முதல் தரமானதுமாகும். இதைக் கொண்டு தங்கம் வெள்ளி, தாம்பிரம், இரும்பு, காரீயம், வெள்ளீயம், ரசம், ஆகிய ஏழு உலோகங்களையும் தனித்தனியே உருக்கி, மெழுகு பண்ணி வைத்துக்கொண்டு கிரகங்கள் ஒன்றோடொன்று கூடும் தருணத்தில், கிரகங்களுக்கேற்ற அதனதன் லோகங்களைச் சேர்த்து மணி தயார் செய்ய வேண்டும். இம்மணியின் முழுவிவரம் பார்ஸெல்ஸஸ் நூலிலும், பேஸின் வாலன்டைன் (Basin valentine) என்ற பெரியார் நூலிலும், மணி முடிக்கும் முழுவிபரம் காணலாம். நவலோகங்களின் சத்துக்களும் அண்டக் கல்லில் அமைந்திருப்பதால் அது ஒன்றே போதும் என்று அஷ்டமாசித்திகளையும் ஆண்டு அனுபவித்து வந்த சித்தர்கள் கூறுகிறார்கள்.

ஆனதால் அண்டத்தில் தைலமிறங்கி அஷ்டமாசித்திகளை ஆடுவது எப்படி என்று ஆராய்வோம். அண்டக் கல்லிலும், அதன் ஜலத்திலும் தைலம் இறக்க முடியாது. அவை உப்பு சம்பந்தமுள்ளவை. சித்துகளுக்குத் தைலமும், மையும், செந்தூரமும்தான் மேன்மையாகக் கூறப்பட்டிருக்கிறது. ஆகையால் அமுத கலசம் அல்லது அக்ஷய பாத்திரம் என்ற சித்தர்கள் சிறு உலகத்தில் சஞ்சாரம் செய்யும் சூரிய சந்திரர்களைத் தாவித் திண்டியிருக்கும் விஷத்தன்மையுடைய கார்க்கோடன், பாலாழியில் கண்ணபிரானுக்கு சயனமாகிக் கிடக்கிறது. அந்த ஆலகால விஷத்தையுடைய சரீரம் மிகுந்த கொழுப்புடையது. அதன் மேனி கருகி தீயில் தைலம் கசிவதால் கருந்தைலம் எனப் பெயர் வந்தது. இத்தைலமே அஷ்டமாசித்துத் தைலம், ஜங்கோலத் தைலம், பிண்டத் தைலம், இந்திர ஜாலத் தைலம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. இத்தைலம் பாதாள இயந்திரத்தின் மூலம் குழித் தைலம் இறக்கப்பட்டு ஒரு மண்டலம் பத்திரப்படுத்தி வைத்திருக்க சுபாவமாகவே மைபோல் உறைந்துவிடும். தைலம் மையைப்போலானதும் அதற்கு மறைவுமை, அஞ்சனமை, பாதாளமை, வசியமை, மாரணமை,

அமைப்புமை என்று எட்டு தொழிலுக்கும் உள்ள பெயரையும் வைத்து மை என்று அழைக்கப்படுகிறது. இம்மாபெரும் இரகசியமாகிய அஷ்டமா சித்துத் தைலத்தை பதினெண் சித்தர் நூல்களிலும் வெகு எளிய நடையிலும் சுலபமான முறையிலும் தயார் செய்யலாமென திருவள்ளுவ நாயனார் ஒருவரே ஞானவெட்டியில் கருத்தைலம் கூறியுள்ளார்.

அதை வாசகர்கள் ஊன்றிப் பன்முறை படித்தால் செய்முறையை அறியலாம் என்பது ஆன்றோருடைய கருத்து.

ஆசான் நிலை

அறிவுக்கறிவாகிய வான்வெளி மறைப்பற்ற நிலையில் சர்வ சாதாரணமாய் நீக்கமற நிறைந்திருந்தும் மக்கள் உணர்ந்தார்களில்லை. அறிவுக்கறிவாயும் ஆதார வெளியாயும் தன்னை இன்னது இனியது என்று எவரும் கருதாத சூன்யமாகவே வைத்திருக்கிறது. இந்நிலையை, ஞான சொரூபமென்று உணர்ந்த ஆசானும், தன்னை யாவரும் உணரக் கூடாத நிலையில் உலகிடை மக்களோடு மக்களாகவே உலவிக் கொண்டிருக்கிறார். கருணைக்கடலையொத்த இளகிய மனமுடையவராயிருந்தும், மக்களுக்கு ஞானத்தை உபதேசம் செய்ய அவா கொண்டவராக இருந்தும் காலச்சக்கரத்தையும் விதியையும், சீர்தூக்கி பார்க்குமிடத்து, நாம் இருவினைத் தொடர்பற்றவர்களாக இல்லாததனால், நமக்கு கருணைபுரிய இடமில்லாது தயங்குகிறார். சில சமயம் தோற்றம் யாவும் பொய் என்றுணர்ந்த ஆசான் வான் வெளியில் இரண்டறக் கலந்துகொள்ளும் தாகத்தோடு உலகில் உலவிக் கொண்டிருக்கிறார். இத்தகையோர் நிலை பார்வைக்கு உன்மத்தர், பிசாசர், பாலர்களைப் போலும் நடிக்கும் சுபாவமுடையவராயும் இருப்பர். சகல சித்திகளையும் பெற்றிருப்பினும், பிணி, மூப்பு, சாக்காட்டையும் தாண்டி என்றும் சிரஞ்சீவியாய், கங்குல் பகலற்ற வெளியில் மனம்பற்றி மது உண்ட வண்டதுபோல் ஞானமயக்கத்திலிருப்பர்.

''ஆழிதூள்களாகி மேருஅண்டம்வேறு கூறதாய்
ஊழிகாலமானதும் யோகிசாவதில்லையே
பாழிலேஎழுந்த வன்னிபாரில் வந்தடர்ந்ததால்
வாழிவாழி குதமுண்டமகா ரூபாவர் வாழியே.''

இறப்புக்கும் காரணபூதம் அண்டமாகிய தீ சதா எரிந்து கொண்டு பாலாழியத்திலிருக்கிறது. இந்த தீயை பாராகிய சரீரத்தில் ஊட்டினால்; மறுபடி சரீரத்தில் தீயின் ஆதிக்கம் குறைவதில்லை. தீயின் ஆதிக்கமற்றால் மரணம் எனப் பெயர். உலகம் என்ன நிலையில் சீர்கேடடைந்தாலும் அண்ட முண்ட தொண்டன் ஆனந்தமயமாயிருப்பர்.

அப்படிப்பட்ட ஆசான் இருக்கும் ஊரில் வினைகள் வருகாதாம். அவரை நித்தம் தரிசனமே செய்வோர்க்கு வினைகள் அற்றுப்போம்.

"வசாதேதீக்ஷை வந்தோர் வாழ்ந்திருந்த ஊரில்
வருகாது வருகாது வினைகள் தானே
வினையில்லை அவரை நித்தம் தரிசனமே செய்யில்
வேதாந்தசாரத்தை மனமும் தேரும்"

என்று அகத்தியர் சொல்கிறார். இப்படிப்பட்ட மஹானுபாவர்கள் இகத்திலிருந்தபடியே பரமசுகத்தையும் அநுபவிப்பர்.

"பார்த்தவிடமெல்லாம் பரவெளியாய் தோன்றஒரு
வார்த்தைசொல்ல சற்குருவும் வாய்க்கும் பராபரமே"

என்று தாயுமானவர் கூறியபடி உலகம்பூராவும் தங்குதடை இன்றி வெளியாக சகல தோற்றங்களையும் ஊடுருவிப் பார்க்கக் கூடிய அஞ்சனக்கண் (Exray) போன்ற கண்ணொளி பெற்றவரை, திரிகால முணர்ந்தவரை, நாம் ஆசானாகக் கொள்ளல் வேண்டும். அறிவை உணராதவர்கள் மண்ணிலே பிறந்து மண்ணிலே மண்ணாசையை உடையவர்களை மண்ணே மடித்துவிடுகின்றது. கனத்த சடப்பொருளையே நம்பி வாழ்கிறவர்களை, இயற்கையின் பூமி ஆகர்ஷண சக்தி (Centre of gravity) இழுத்துக்கொண்டே இருக்கிறது. சூட்சும சக்தியை உணர்ந்தவர்கள் உலகம் பொய், உடல் பொய்

உணர்வென்ற பெரும்பதமே மெய்யும் அறிவுமாயுள்ளது என்று அறிந்து சாதனை செய்கிறவர்களின் உடலை மண்ணின் ஆகர்ஷண சக்தி இழுக்க சக்தியுடையாது. மரணத்துக்காளாக்காது விட்டு விலகி விடுகிறது. வான வெளிபோல அறிவுடையவர்களை ஆகர்ஷணம் செய்து கொண்டிருக்கும். முடிவில் அறிவுடையவரை, அறிவே விழுங்கி தன்மயமாக்கி விடுகிறது. உடல் காயசித்தி பெற்ற நிலையில் இருக்கும் போதே இவர்களுக்கு துறவி என்று பெயர். ஆசானாகக் கருதக்கூடியவரும் ஆவர்.

சிலதுபேர் பிரம்மவித்தை பொய்யென்பார்கள்
சித்தசுத்தி யானவரைத் தெரியப்போமோ
தொலையாத பூமியிலே அறிவுகொண்டு
சோதித்தார் கோடியிலே ஒருவருண்டு
கலைவிடாமற் சீடனறிந்துகொண்டால்
காந்தமதுஇழுப்பதுபோல் கலந்து கொள்வார்.
மலையென்ன உலகமென்ன மனந்தானென்ன
மௌனவித்தை யறிந்திருக்கும் வகையாளர்க்கே.
வகையறிந்த பெரியோர்கள் மலையிலுண்டு
வையகத்தில் செகத்திலுண்டுவாழ்ந்தாலுந்தான்
பகையறுகா றுறவுகொள்ளா றுலகாசாரம்
பந்தம்விடா கர்மானுபவத்துட் சிக்கார்
செகம் விளையாட்டதிலிருக்கார் சினந்துபேசார்
சிவமய விகற்பமுறார் திறந்து சொல்லார்
அகமுறையா சீவபரமாத்வா வெல்லாம்
அவராகி நிறைந்திருப்பார் ஆசான்றனே.
ஆசானைக் கண்டபேர்க்கும் ஞானப்பேர்க்கும்
அப்போதே யோகத்துக் கருளுண்டாகும்
பேசாதே மௌனமென்ற பிரம்மவித்தை
பிடரிவழிகண் திறந்து பிரகாசிக்கும்

பூசார வஸ்துவுப்பு வன்னிபீசம்
புதைத்த விடந்தனைக்காட்டப் பொருளுஞ்சேரும்
கோசாதி பாதமுதல் நடுவுந்தோறும்
கெவுனமென்ற குளிகையடா கிடைக்கும்பாரே.

—பதஞ்சலிவாத சூத்திரம்—21

மாணாக்கன் நிலை அல்லது உபதேசக்கிரமம்

மக்களில் பெரும்பாலோர், கொண்டதே கோலம், கண்டதே காட்சி என சிறிதும் உணர்வற்று வாழ்வதையும், இருக்கிறவரையில் சுகமாக வாழலாம். பின் எக்கேடானாலும் ஆகட்டும் என்று இருப்பதையும் காண்கின்றோம். இதற்குக் காரணம் இவர்கள் முன் வினையின் கூற்றேயாம் என்று கருத நேரிடுகிறது.

உண்மை மாணாக்கன் உலகை ஒருமிக்குடை ஆளும் மன்னரின் மைந்தராக இருக்கலாம். பாராளும் பார்த்திபனாகவும் இருக்கலாம், அல்லது பார்முழுவதும் பட்டினியுடன் போராடிக்கொண்டே சுற்றிவரும் பஞ்சையாகவும், பராரியாகவும் இருக்கலாம். அவர்களுக்கு உண்மை நிலையை உண்மைப் பொருளை அடைய வேண்டும் எனும் அவா ஏற்பட்டவுடனே சிந்தனை தோன்றி விடுகின்றது. உலகின்கண் காணும் யாவும் அழிந்துகொண்டே இருக்கின்றனவே, ஒன்றும் நிலையாகத் தெரியவில்லையே, அவற்றுள் நாமும் ஒரு பொருளாயிருந்து அழியும் காலத்தை எதிர்பார்த்து நடைப்பிணமாகத்தானே இருக்கின்றோம் என எண்ணாமலிருக்க முடியாது. ஆனால் உண்மை மாணாக்கன் இச்சென்மத்திலேயே உலகத்தில் இரண்டற்ற இறைவன் நிலையை அடைய ஆவல்மேலிட்டு இயற்கையின் சுபாவத்தினின்று தப்பிப் பிழைத்திருக்கும் வழி ஏதேனும் மூதாதைகளால் எழுதி வைக்கப்பட்ட குறிப்புகள் இருக்கிறதா. அக்

குறிப்புகள் உலகில் எங்கு யாரிடம் கிடைக்கும் என்று தேடி அலைகிறான்.

"பற்றுக பற்றற்றான்பற்றினை அப்பற்றை
பற்றுக பற்றுவிடற்கு"

என்றதுபோல் உலகப் பற்றுவிடற்கு பற்றற்ற ஆசானைப் பற்றவேண்டும் என்ற நோக்கத்தோடு ஒன்றும் புரியாது ஆழ்ந்து சிந்தனை செய்கிறான்; உலகத்தைச் சுற்றி வந்தால் தான் கற்ற அறிஞர்களைக் கண்டு பேசினால் தான், ஏதேனும் பிழைத்திருக்கும் வழிக்கு புலன் ஏற்படும் என்று ஒரு முடிவுக்கு வருகிறான். உடனே அரண்மனையைவிட்டு உய்ய வழிகாட்டும் ஆசான் எங்கே இருக்கிறார் என்று புலன் விசாரித்துக் கொண்டு வர வெளி கிளம்பி விடுகிறான்.

"அன்பர்பணி செய்யவென்னை ஆளாக்கிவிட்டு விட்டால்
இன்பநிலை தானேவந் தெய்தும் பராபரமே"

என்று தாயுமானார் கூறியுள்ளாரே என்று மனதுக்கு நினைப்பு வருகிறது. இது தான் நல்லவழி. அன்பரைக் காணுவதெப்படி?

"மூர்த்திதலம் தீர்த்தம் முறையாய் பணிபவர்க்கு
வார்த்தைசொல்ல சற்குருவும் வாய்க்கும்பராபரமே"

என்று தாயுமானார் கூறியுள்ளதையும் நினைத்துத் தன்னையும் இயக்கும் ஆதாரத் தலைவனையும் நோக்கி, ஏ! மாயா சொரூபியே, சூன்யமயமே, கண்ணுள் ஒளியாய் கலந்திருந்து பார்ப்பவனே, கருத்திலிருந்து வினைக்குகந்த வழியை இயக்குகிறவனே, உன்னை அடைய, உனை உன்னுடைய பிரதிநிதியாகிய கண்ணனை, கிருஸ்துவை கந்தனை அடைந்தாலொழிய ஜென்மம், சாபல்யமாகாது என்று வேதங்களும் கீதையும் கூறுகின்றனவே; அத்தகைய பிரதிநிதித்துவம் வாய்ந்த வைப்பை, பிரணவப் பொருளை அதே கலசத்துள் வைக்கப்பட்டிருக்கிறதாமே

அது எண்ணும் எழுத்தாகவும், கண்ணும் கருத்தாகவும் கதிக்காகிய மோனவடிவாகவும், கருதரிய சிற்சபையில் ஆனந்த தாண்டவமாடிக் கொண்டிருப்பதாகவும் சொல்லப்பட்டிருப்பதே. அதுவே அன்பர்கள் கருத்துக்கிசைந்த இகபரசாதனமளிக்கும் பொருளாகவும் இருக்கிறதாகக் கூறப்பட்டிருக்கிறதே. அது இன்னது இனியதென்று போதிக்கக் கூடிய ஆசான் எங்கிருக்கிறார் எனத் தனக்குள்ளே விசாரித்து ஏங்குகிறார்.

"கன்றுகிக்கதரினர்க்கு சேயாகிக் கடிதில் வந்தருள் கூறும் கருணைவிண்ணே" என்று தாயுமானார் கூற்றுப்படி இம்மொழி உண்மையாயின், அறிவினின்று இயக்கும் வான்வெளியே, நான் கேட்கும் பிச்சைக்கு செவி சாய்க்காது வாளா இருக்கும் காரணம் யாது? ஆசான் கிட்டும் காலம் வினையை ஒட்டியதாகவே இருக்கிறது போலும்; விட்டகுறை வந்ததும் தானே பற்றிக் கொள்கிறது. நானும் விட்டகுறையுள்ளவனானதால் உண்மைப் பொருள் ஒன்றையே உறுதியுடன் பற்றிப் பலனைக் காண்பதற்கு எதிர் நோக்கிய வண்ணமாக இருக்கின்றேன்" எனத் தனக்குத்தானே கேள்வியும் பதிலும் கொடுத்துக் கொண்டு விசனத்திலாழ்ந்திருக்கிறார்.

"எண்ணிய எண்ணியாங்கு எய்துப எண்ணியார்
திண்ணியர் ஆகப் பெறின்"

தாம் எண்ணிய காரியத்தில் உறுதியுடையவர் எண்ணிய எண்ணியவாறே எய்துவர். இந்நிலையை அடைந்த மாணாக்கனுக்கு இறைவன் வகுத்துள்ள சட்டப்படி கிரகங்களும் நல்லவிடத்திலிருந்து அருள் நோக்கோடு பார்க்கும் காலம் சமீபித்ததால் பிரதிநிதித்துவம் வாய்ந்த உண்மை என்ற அக்ஷரம் ஒடுங்கி நின்ற குண்டலி சக்தியை சின்முத்திரையின் லெக்ஷணத்தை நூல்வாயிலாகவோ, அசரீரி மூலமாகவோ, அல்லது ஆசான் நேர்முகமாகவோ உணர்த்தும் சந்தர்ப்பம் அளிக்கின்றன. தேடற்கரிய

உண்மைத் துறவியை புண்ணியவசத்தால் மாணாக்கன் கண்டு உறவு கொண்டு அவரிடம் உடலும் நிழலும் போல் காத்திருந்து, குறிப்புணர்ந்து மனம்களிக்கப் பணி புரிந்து வருகின்றார். நீண்டநாட் பழக்கத்திலும் உண்மை போதிக்கப் படாதிருந்தும் சலிப்பறாது கொண்ட கொள்கையிலேயே,

"மெய்வருத்தம் பாரார் பசிநோக்கார் கண்டுஞ்சார்
எவ்வெவர் தீமையுமேற்கொள்ளார்—செவ்வி
யருமையும் பாரார் அவமதிப்புங்கொள்ளார்
கருமமே கண்ணாயினார்"

என்ற பொருளுக்கிணங்க பெருமையுடன் நடந்து கொள்ளுகிறார். இதை நன்குணர்ந்த துறவியும், மாணாக்கனை கோழி தன் குஞ்சுகளை சிறகுகளில் வைத்து அணைத்து காப்பாற்றி வருவதுபோல், பருவ காலம் வருகிறவரை தன் பாதுகாப்பில் வைத்திருந்து,

"ஆளாக்கிச் சொன்னாலவனே இவனாகும்
பாழாக்கிவிட்ட குருபாழ்"

என்றபடி நாளடைவில் மாணாக்கனை பரிபக்குவப் படுத்திக் கொண்டே வந்து இனி எத்துறையிலும் தேர்ச்சி பெற்றுவிட்டான்; தன்னை எதிரிகளிடமிருந்து தற்காத்துக் கொள்ளும் சக்தி வந்து விட்டது என்ற குறிப் புணர்ந்து மனமகிழ்ச்சியுடன், தன் கொள்கையை தனக்குப் பின்னும் தொடர்ந்து நடத்துவான், சித்தருலகமும், சித்தர்குலமும் விளங்க உண்மை ஞானத்தை பாத்திரமறிந்து பிச்சையிடும் கொள்கைப்படி பக்குவமாகப் போதனை செய்வோம் என்று ஒருதரத்துக்குப் பலதரம் யோசனை செய்து, மனத் துணிவுகொண்டு மாணாக்கனை அருகே அழைத்து உபதேசக்கிரமப்படி உபதேசிக்கத் தொடங்குகிறார்.

திட்டமுடன் சற்குரு தமக்குவரச்சித்தி
எட்டது கிடைத்திடும் இதற்குத் தடையில்லை

விட்டகுறை வாய்த்திட விளங்கும் பரிபாஷை
தொட்டகுறை முடிவுவந்து தோன்று முடகுண்டே.

என்பதை நோக்குக.

பொய் வளரும் நெஞ்சினர்கள் காணாத காட்சியை பொய்யில்லா மெய்யரறிவில் போத பரிபூரண வகண்டிதாகாரமாய்ப் போக்குவர வற்ற பொருளை, தெய்வ மறை முடிவான பிரணவ சொரூபியை, சாகா வரமருளும் சஞ்சீவியை, இருவினை தொடர்பறுக்கும் ஏகாக்ஷரத்தை, மயலறும் மந்திர சொருபத்தை, அட்டமா சித்திகளை ஆட்டி வைக்கும் எட்டாக் கனியை மௌன சட சொரூபியை, முக்தியின் வித்தை, பஞ்சாக்ஷரத்தை, அஷ்டாக்ஷரத்தை, ஐம்பத்தோ ரக்ஷரத்தை மணி மந்திரத்தை, மருந்தை, சின் முத்திரையின் இலக்ஷணத்தை உள்ளங்கை நெல்லிக்கனி என எடுத்துக் காட்டி, இதுவே ஞானம், நம்மை அயர்வற செல்வியில் வாழ்விக்கும் அகரம்; என்று எடுத்துத் தெளிவுபடக் கூறுகிறார்.

பஞ்சேந்திரியங்களையும் தத்துவங்களையும் அடக்கி அரசு புரியவல்லமையளிக்கும் அமுதகசரசி; வித்தையும் நீரையும் தாங்கி இருக்கும் சித்தர்கள் பாத்திரத்தைத் திறந்து பார்; இதுவே அமுதகலசமென்றும், அக்ஷய பாத்திரமென்றும், வேதங்களும் புராணங்களும், சரித்திரங்களும் கூறுகின்றன; சிவபெருமான் நெற்றிக் கண்ணிலிருந்து வெளியாகிய ஆறு அக்கினிப் பொறிகளும் சரவணப் பொய்கையில் விழுந்ததும், அம்மை அவற்றை ஒன்று சேர வாரியணைத்ததும் ஒரே குழந்தையாகியதால் ஆறுமுகமென்றும் முத்துக் குமரனென்றும், முத்தையனென்றும் அழைக்கப்பட்டது என்ற வரலாற்றையும், குமரன், இருதாளையும், தண்டையும், சண்முகமும் தோளும், கடம்பும், மயிலும், வேலும் ஒவ்வொன்றையும் பிரித்துக் காட்டுகிறார். இதையே வைஷ்ணவ சமயாச்சாரிகள் கண்ணன் பாலாழி என்றும் வெளியாருக்கு

கதைகள் கட்டி ஞானத்தை மறைத்து போதனை செய்துள்ளார்கள். பகீரதன் மூதாதைகள் மோட்சமடையும் பொருட்டு வானுலகத்துள்ள ஆகாய கங்கையை பூமண்டலத்திற்கு கொண்டு வந்ததாகக் கூறும் கதையும் அமுத கலசத்தைப் பெறுவதற்காகக் கூறியது என்று உபதேசிக்கிறார். இனி, நீ உன் பிரியம்போல் வெளியேகி மரண பயம் நீங்கி வாழ்வாயாக என்று விடை கொடுத்தனுப்புகிறார் இதுவே மாணுக்கன் நிலை.

நீயென்றும் நானென்றும் ரெண்டாய்க் கண்டால்
நிட்சயமாய் பிறவியோர்க் காச்சுதென்பான்
தாயென்றும் பிள்ளையென்றும் சொன்னுணர்ந்தாள்
சர்வசங்கத் தியாகி சங்கராச்சாரியானேன்
காயென்றும் வித்தென்றும் சொன்னேனாகில்
கூடியதொரு மரமபோலே பிறவியாச்சு
ஓய்வின்றி வேதாந்த மௌனம்நின்றேன்
ஓகோகோ வொருநாளும் பிறவார் தாமே.

—கொங்கணர் பூசை

மனம் விரிந்து குவிந்தது மாதவம்
மனம் விரிந்து குவிந்தது மன்னுயிர்
மனம் விரிந்து குவிந்தது வாயுவாம்
மனம் விரிந்துரை மாண்டிடம் முத்தியே.

சோதியான துரிசையைச் சொல்லொணு
பேதியான குரிசையைப் பேசொணு
ஆதிநான் சொன்ன அரும்பொருள் தன்னை
வீதியாய் சொன்னுல் விலைனிடி விழுமே.

விண்ணடி விழும் வெளியிட்ட பேர்க்கு
தன்னடி தாறுய்த் தனக்குச் சரியாய்
கண்ணடி கண்ணுய்க் கற்றுணர்ந்தோர்க்கு
பொன்னடி மூலம் பொருள் சொல்லலாமே.

சொல்லலாம் பரஞ்சுருதி முடிந்திடம்
எல்லாருங்காண வெடுத்தே வுரைத்தவன்
பொல்லாத செனமம் புகுந்துபுலையனாய்
எல்லா நரகத்துக்கேகுவார் காணுமே
சொல்லலாம் பரஞ்சுருதி முடிந்திடம்
எல்லார்க்குஞ் சொன்னலெழுநகரம்—நல்லாம்
ஆளாக்கிச் சொன்னலவனே மிவனாகும்
பாழாக்கிப் போட்ட குருப்பாழ்.

— முக்காண்டம் திருமந்திரம்

என்பதினால் தகுதியற்றவர்களுக்கு பொருளை சொல்வதினால், நரகடைவன் என்றும், அவன் தலைமேல் இடிவிழுமென்றும், கண்ணடி கண்ணாய், கற்று உணர்ந்தோர்க்கு, ஒழுக்கமே உருவாய் நின்ற மாணாக்கனுக்கே பொருள் சொல்லலா மென்றும் சித்தர்கள் இடம்படக் கூறுவதைக் காண்க.

ஞானம்

ஞானமடைய விரும்பின் நம் நாட்டு நூலாராய்ச்சி மட்டும் பயனளிக்காது. பல மதங்களின் நூல்களையும் ஆராய்ச்சி செய்தல் நலம். அப்பொழுது அறிவு வளர்ச்சி சங்கங்கள் சார்பாயிருப்பதாலும், எம்மதமும் சம்மதமே எல்லோரும் ஒரே தாயின் புதல்வர்களே என்பதை ஒப்புக் கொள்வீர்கள். கலியுகத்தில் ஞானிகள் அநேகர் தோன்றுவார்கள் என்று சித்த நூல்கள் ஒப்புக்கொண்டிருக்கின்றன. அதற்கிணங்க இப்பொழுது தோன்றும் குழந்தைகளின் நுண்ணறிவும், தெளிந்து விளக்க முறும் சாதுர்ய புத்தியுமே சான்றாகும். கட்டு திட்டத்துக்குட்பட்ட முறையில் அறிவை நிறுத்தாது பரந்த வெளியிலே ஏறிப் பாருங்கள்; அப்பொழுது உலகம் சிறியதாகவே காணும்; கண்டதும் கற்றதும் சிறிய அளவுடையதாகக் காணும். காணாததும் கல்லாததும் மாபெரும் பொருளாயுள்ளது. குறுகிய புத்தியுடையவர்கள் உலகப் பற்றுடையவர்களாவர். சமநோக்குமுடையோர் சாலச் சிறந்தவர்களாவர். அறிவானது பூமியை விட்டு வெளி ஏற பெருந்தன்மையும் பெருநோக்கமும் இறைவன் நிலையும் நன்குணர ஏதுவாகும்.

யான் எனது என்னும் செருக்கறுப்பான் வானோர்
உயர்ந்த உலகம் புகும்.

—அறிவுகுரு என்னும் சிரகிரியே குருவாம்

ஜடப்பொருள்கள் பூமியின் ஆக்ருஷ்ணசக்தி (Centre of gravity) சதா தொடர்ந்து இழுத்துக்கொண்டே இருக்கிறது. ஆகாயம் அறிவை மட்டும் ஆக்ருஷ்ணம் செய்யும்

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)

சுபாவமுடையதாயிருக்கிறது. நீக்கமற நிறைந்த பரம் பொருளாகிய ஆகாய வெளியே, காணும் சகல பொருளுக்கும் இருப்பிடமாக இருக்கிறது. இது யாதொன்றையும் ஆகிருஷ்ணம் செய்யாது. தன்னினமாகிய அறிவை மட்டும் கலந்து இரண்டறப் பண்ணிக்கொள்ளும். சரீரம் திடகாத்திரமாக இருக்கும்போதே இறப்பு பிறப்பு நீக்கி வாழ விரும்புவதே ஞான வாழ்க்கையாம். ஞானம் சித்து நிலைகளிலும் உயர்ந்தது என்பதை குருராஜர் மேற்கண்ட பாட்டிலும் தெளிவுபடுத்துகிறார்.

சித்தியென்றால் மருந்துவமாய் மருவி யலையாதே
ஜெகத்தை எல்லாம் கெடுத்திடலாம் நொடிக்கு
[முன்னே திறமாய்
புத்தியுள்ள நல்லோர்க்கு பூசை ஜபம் வேண்டாம்
புவனமதிற் கடைப்பேயா பொய்யுறவு வேண்டாம்
சத்தியமாய் பலகோடி சித்திகள் செய்திடலாம்
சாதித்தாற் செகத்தோர்க்குச் சத்துருவாய்முடியும்
நித்தமுமே பழிபாவம் கொடுமை பயம் வேண்டாம்
நீதியுள்ள நல்லோர்க்கு நினைந்திடில் சித்தியுமே.

நான், என்னுடையது என்று தப்பெண்ணத்தோடு சொல்லிக் கொள்ளும் சதமற்ற சரீரத்தையும் குறிப்பிற் கடங்கிய பொன் பொருள் பூ ஸ்திரிகளையும் அடைந்து அவற்றின் சுவாதீனம் செலுத்தி வருகிறார்கள். இந்நிலையில் சரீரத்தையும், பொருளையும் சுற்றத்தையும் விட்டு இடைசென்று மரணமுற்று வருகிறார்கள். நானென்ற அறிவு மட்டும் தனித்து ஜீவனுடன் வினையையொட்டி வேறொரு யோனி வாய்பட்டு மற்றொரு ஜீவனுக்குக் குழந்தையாகி விடுகிறது. சரீரமும் பொருளும் யாரடைந்தது; அறிவு உருவாகியதை யார் பெற்றார்கள் என்பதை யோசித்துப் பாருங்கள். நான் என்ற அகம் படைக்கிற வரையில் நமக்கு யாதொன்றும் சொந்தமே கிடையாது. நானற்ற நிலை வந்து உருவாகும்போது எல்லாவற்றையும் நம் முன்பாகக் காணலாம். எல்லா உயிரையும் தானாகக் காணலாம். நீ, நான் என்பதற்றிருக்கலாம். மண், நீர், அனல் காற்று அற

வெட்ட வெளியாகவும் இருக்கலாம். எவனொருவன் தோற்றமே பொய் எனக் கருதி வாழ்கிறானோ அவனே நிலையாயிருப்பவனாகும்.

''பற்றற்ற கண்ணே பிறப்பறுக்கும் மற்றும்
நிலையாமை காணப்படும்''

—வள்ளுவர்

கண்களாலும் தோற்றத்தை நோக்கக் கருதாது அறிவே பெரிதாகக் கருதி, கண்ணையே கருத்தாகக் கண்டு மெய் வாழ்க்கையை கடைப்பிடித்து, ஞானம் கூடும்காலம் வருகிறவரை எவனொருவன் பொறுமையோடு வாழ்கிறானோ அவன், தான் நீங்கலாக மற்ற பொருள் யாவும் நிலையாததை என்று உணருகின்றான். பிறகு நாள் செல்லச் செல்ல, தன்னையின்றி வேறொன்றையும் காணாதிருக்கின்றான். அந்த நிலையே கண்ணொளி சகல சடப்பொருள்களையும் ஊடுருவிச் செல்லுகின்றது.

''காலம் கருதியிருப்பர் கலங்காது
ஞாலம் கருதுபவர்''

பருவகாலம் வருகிறவரை கலக்கமடையாது பொறுமையுடன் உலகத்தைப் பெற்று ஏகபோகமாக ஆட்சி செய்ய காத்துக்கொண்டிருப்பர். வெளியே தேடிப் போகத் தேவையில்லை.

வீட்டினிலே நின்றிலகல்விட்டு வெளிமேவிக்
காட்டினிலே சுற்றியதால் காணும் பயன்யாது
வீட்டினிலே, நாரியரோடிருந்தே
நாட்டினிலே பாரையுப்பு நானிலத்திலுண்டு
பூட்டக முணர்ந்துதினம் பொருளுணரலாமே
பற்றற்று நின்றுபார்ப்பார் பரமயோகிகட்கல்லாது
உற்றுற்றுப் பார்த்தாலோ ஓலமிட்டழுவார்தாமே
கற்றறிந்தாலும் காணுக் கசடர்கள் முற்பிறப்பில்
உற்றதோர் குறையிருந்தால் உறுதியாய்ப்பலிக்குந்தானே.

என்பதை நோக்குக

உருவமும் அருவமும்

நீரும் நெருப்பும் சத்துருத் தன்மையுடையன. ஆன தால் ஒன்றையொன்று எதிர்க்கும் சுபாவமுடையன. நீரும் காற்றும் மித்துருத் தன்மையுடையன. ஆனதால் இரண்டும் ஒன்று கூடிக்கொள்ளும் சுபாவமுடையன. மண் சுபாவத்தில் மற்ற மூன்று பூதங்களுக்கும் மித்துருத் தன்மையுடையதால் பூமி சகல சராசரங்களையும் தாங்கியும், போஷணை செய்தும் வரும் தாயகமாயுள்ளது. ஆகாயம் அரூபம் சலனமற்றது. ஆனதால் மண்ணையும் விண்ணையும் சலன மற்றவைகள் என்று உணர்ந்தே விலக்கி மற்ற வாயு வன்னி, வருண பூதங்களைக் கையாண்டு வந்தார்கள். ஏனெனில் இவைகள் சுபாவத்தில் சலனமுடையவைகள். மூன்று பூதங்களையும் ஒன்று சேர்த்து வைப்பதற்கே திரு ஏகத்துவம், திருத்துவம் என்று கூறப்படுகிறது. இம்மூன்று பூதங்களையும் ஒன்று சேர்த்து முடித்ததற்குத் திருநீறு திருச்சூர்ணம் என்பர். வேறு உலோகங்கள் பஞ்ச பூதங்களாகப் பிரிக்கப் பட்டிருக்கிறது. ஜலத்தன்மையுடைய உலோகம் காரீயம். இதை ஒரு சதுர தகடடித்து, நீர் அம்சத்தையுடைய வெடியுப்பை, மண் அம்சத்தையுடைய சுண்ணத்தில் கலந்து ஆட்டமுறியினலரைத்து தகட்டுக்கு கவசம் செய்து புடமிட கருவங்கம் கடுங்கார சுண்ணமாகிறது. இச்சுண்ணத்திற்கு சமம் நவாச்சாரம் சேர்த்து அரைக்க ஜெயநீர் ஆகிவிடுகிறது. இந்த வங்க ஜெயநீரின் மகத்துவம் என்னவெனில், இரும்புச் சரண்டியில் துளி ஜெயநீரை ஊற்றி நெருப்பின் மேல் வைத்து துருத்தி கொண்டு கனல் வேகமாகத் தாக்கும்படி ஊத கரண்டி தான் நெருப்பாகப் பழுக்கும். அத்துடன் ஜெயநீரும் பழுத்திருக்கும். கீழே எடுத்து வைத்துப் பார்த்தால் ஜெயநீர் முன்னிருந்த சுபாவத்தோடிருக்கும்.

நெருப்புக்கு, நீர் சத்துருவாயிருந்தும், நீர் ஜெயமடைந்ததினுல் நெருப்பின் வேகத்தினுல் கொதி எடுப்பதில்லை. பொங்கி ஆவியாகப் பரிணமிப்பதில்லை. குறைதல் கூடுதலில்லை. வைத்த நீர் வைத்த அளவிலேயே இருக்கிறது. "வெந்தணலில் இரதம் வைத்தைந்து லோகத்தையும் வேதித்து விற்றுண்ணலாம்" என்று தாயுமானுர் கூறியபடி இச்ஜெயநீர் அக்னியிலிருக்கும்போது அக்னி நீராகவே தென்படும். கீழே இறக்கி வைத்துப் பார்த்தால் பழைய நீரின் சுபாவமாகவே குளிர்ந்து இருக்கும். சூடாது. இது, விஞ்ஞானிகளும் பார்த்து ஆச்சரியப்படக் கூடியதாகவே இருக்கும். இருத்துவமடைந்த ஜெயநீரை, வேறு எந்த ரசாயன பண்டிதர்களாலும், பூமியில் வாழ்பவர்களால் அதன் இணைப்பைப் பிரிக்கவோ, அல்லது ஒன்றை மற்றென்ருக மாற்றவோ முடியாது. இந்த நீர் திருமூர்த்திகளின் அம்சத்தை உடையதாய் இருக்கிறது. நெருப்புக்கு ஓடும் சகல பாஷாணங்களையும் இந்த ஜெயநீர் கட்டிவிடுகிறது. கட்டிய பாஷாணங்களை, பஸ்பம், சுண்ணம், செந்தூரம், மெழுகாகவும் செய்து கொள்ளலாம். பிராணனுக்கு ஒப்பாகிய பாதரசத்தை கையில் சிறுதுளி எடுத்து வைத்துப்பார்த்தால் அசைவற்றிருக்காது. சலனப்பட்டுக் கொண்டே இருக்கும். இது யாவரும் அறிந்த விஷயம். ஆனதால் பாதரசத்தையே நெருப்பு என்று மேனுட்டார்கள் ஒப்புக் கொள்கிருர்கள். ரசமான நெருப்பு, ஆடாது கட்டுப்பட வேண்டுமானுல் சத்துருவாகிய வங்க சலத்தை ஊட்டக் கொடுக்க வேண்டும். ஒரு கரண்டியில் கொஞ்சம் பாதரசத்தை ஊற்றி நெருப்பின் மேல் வைத்து சூடு கண்டதும் ஓட்டம் எடுக்க முயலும்போது ஒரு துளி வங்க ஜெயநீர் ரசத்தினமேல் விட்டதும் ஆட்டைக் கண்ட புலி போல் விடாது கவ்விக்கொள்ளும். மறுபடி எவ்வளவு நேரம் நெருப்பில் வைத்து ஊதினுலும் உருகி தங்கம் போல் கண் விட்டாடிக் கொண்டிருக்கும். இந்த ஜெயநீரின் மகத்துவம் எழுத ஏடு பத்தாது. இப்படியே ஆடுஞ்

சரக்கு அறுபத்து நாலையும் கட்டிக் கொள்ளலாம். இதிலிருந்து நமக்கு என்ன விளங்குகிறது? ஜடமாக இருந்த உலோகம், காரீயம், ஒரு உப்பினால் கவசம் செய்து புடமிட்டதும் சடம்மாறி சுண்ணமாக மாறியது. சுண்ணத்தில் சமம் நவச்சாரம் சேரவே ஜெயநீரானது. இந்நீரில் காற்றும், ஜலமும், நெருப்பும் அடங்கியுள்ளது. இதே போல் நம்முடைய மாமிச சரீரத்தையும் அண்ட சுண்ணத்தால் சுண்ணாம்பாக்கி, சுண்ண சரீரத்தை மதியமுதமாகிய நவாசாரத்தால் சடத்தை இளக்கலாம்; அரூபமாக்கலாம். யோகம் என்ற தலைப்பில் கூறியுள்ளதையும் கவனிக்கற்பாலது.

சின்முத்திரை

ஜனகாதி முனிவர்கள் சித்தாந்த நித்யராய் வாழ விரும்பி வெகு காலமாக உண்மை ஞானத்தையடைய பலவித முயற்சிகள் செய்தும், அறிவுக்கும் புலனாகாது தாகம் தீராதவர்களாய் வாழ்ந்து கொண்டு வருகிறார்கள். பூலோகத்தில் உத்தமர்களாய் விளங்கும் இவர்கள் தாகத்தைத் தீர்க்க இறைவன் கருணை ஏற்பட்டு, வானமாய் நின்று இன்ப மழையாயிறங்கி வாழ்விக்க வந்தது போல், தெக்ஷிணாமூர்த்தியாக உருவம் தாங்கி உலகிடை விருட்சத்தின் நிழல்கீழ் அமர்ந்து, உபதேசம் செய்த கோலமே இப்பொழுது ஞாபகச் சின்னமாக சிவாலயங்கள் தோறும் கல்லால் குருமூர்த்தி பிரதிஷ்டை செய்திருப்பதை நாம் இன்றும் பார்த்து வருகிறோம். தெக்ஷிணாமூர்த்தி, ஜனகாதி முனிவர்களைக் கூப்பிட்டு உண்மை ஞானத்தை விளக்க பலவிதமாக விளக்கிக் காட்டியும், அவர்களுக்கு மனத்தெளிவு ஏற்படவில்லை. அவர்கள் கேட்கும் பல கேள்விகளுக்கும் பதில் எத்தனை விதத்தில் விளக்கம் கூறியும் இருமனமும் ஒரு முடிவுக்கு ஒற்றுமையடையாது இருந்தனர். இந்நிலையில் உள்ள ஜனகாதிகளுக்கு ஓதாதது ஓதும் உபதேசக்கிரமமாகிய சின்முத்திரையின் லக்ஷணத்தை, தெக்ஷிணாமூர்த்தி தன் வலக்கரக்குறிப்பினால் காட்டினார். இக்குறிப்பைக் கண்டதும், ஜனகாதிகளுக்கு மெய்ஞானம் விளங்கலாயிற்று. மனம் உண்மைப் பொருளைப் பற்றியது என்பது சித்தாந்தம்.

இந்நிலையில் குருமூர்த்தியும் மறைந்தார். இதன் சம்பவங்களை கவனித்தே இதற்கு ஓதாது ஓதிய உபதேசக்கிரமம் என்பர். இச்சம்பவத்தை தாயுமானார் "சின்மயானந்த குரு" தலைப்பின்கீழ் கூறுவதை உணரலாம்.

ஆதியந்த மோரெழுத்தி லடங்கக்காட்டி
அதன்பிரிவு வாயுவன்னி வருணன்காட்டி
ஆதிவெளியுள்ளமைந்த நான்குபூதத்
தடுக்குறிலே அண்டத்துள் அடங்கக்காட்டி
சோதிநிலே அகண்டவெளி யறிவாகாயம்
சொல்லற்று நின்றதொன்றே சாக்ஷியாக
சாதிமதமற்றோர்க்குக் கருவிதென்று
சாற்றினர் குருமூர்த்தி ஜனகாதிக்கே.

அங்கைகொடு மலர்தூவி யங்கமது புளகிப்ப
வன்பினொ டுருகிவிழிநீ
ராறுகவாராத முத்தியினதாவேச
வாசைக் கடற்குண்மூழ்கிச்
சங்கரசுயம்புவே சம்புவேயெனவுமொழி
தழுதழுத்திட வணங்குஞ்
சன்மார்க்க நெறியிலாத் துன்மார்க்கனேனையுந்
தன்னருள் கொடுத்தாள்வையோ
துங்கமிகுபக்குவச் சனகன்முதன் முனிவோர்கள்
தொழுதருகில் வீற்றிருப்பச்
சொல்லரிய நெறியையொரு சொல்லாலுணர்த்தியே
சொரூபானுபூதிகாட்டிச்
செங்கமலபீடமேற் கல்லாலடிக்குள்வளர்
சித்தாந்தமுத்திமுதலே
சிரகிரிவிளங்கவரு தக்ஷிணாமூர்த்தியே
சின்மயானந்தகுருவே.

என்னும் அறிவு குரு சிரகிரியே குருவாம்

வேதமறை முடிவான பிரணவ சொரூபத்தை, சித்தாந்த முத்தி முதலை வலக்கரக் குறிப்பினால் உணர்த்தினார் என்பதைப் படத்தில் காணலாம்.

வலக்கரக்கட்டை விரலையும் ஆள்காட்டி விரலையும் இரண்டு முனைகளும் ஒன்று சேரக்குவித்து உருண்டை வடிவாக்கி மற்ற மூன்று விரல்களையும் வான்நோக்கி,

உள்ளங்கைப்புறம் அன்பர்கள் காணக்காட்டி இருப்பது அகரத்தைக் குறிப்பிடும் காட்சி. இக்குறிப்பு சொல்லிறந்த விடத்தை, மௌனத்தை விளக்குகிறது. இது பக்குவிகள் மட்டும் உணரக்கூடும். இதன் பொருளைச் சுருங்கக்கூறின் சக்கர வடிவத்தைக் காட்டுவது மண்ணும் விண்ணும் விளைந்திடாத ரூபமானதை உணர்த்தும். இதுவே சித்தருலகம் அல்லது அண்டக்கல் (Philosophers Stone) மற்ற மூன்று விரலும் மூன்று பூதங்களைக் குறிக்கும். இவ்வைந்து பூதங்களும் ஒருருவாக்கப்பட்டு அகரத்துள் அடங்கி இருக்கிறதாகக் குறிப்பிடுகிறது. அகரத்தை அடைய பிரணவ கலசத்துள் ஊசித்துவாரமொன்றுண்டு. அந்த துவாரத்தின் வழியே மயிர்ப் பாலம் ஒன்றுண்டு. அதைப்பற்றி உள்ளுக்குச் செல்ல அங்கு நெருப்பாறுடைய பாலாழியைத் தாண்டி பாலாழியின்மேல் ஆதிசேஷனை சயனமாகக் கொண்டு கண்ணன் பாரிஜாதமலராகி அமர்ந்திருப்பதைக் கண்டு கையால் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அந்த நிமிடமே நாம் சித்தருலகத்தை அடைந்ததாகக் கொள்ள வேண்டும். நம்முடைய ஜென்மம் சாபல்யமானது என்று சாந்தி அடைய வேண்டும் இதைப் பெற்றதும் அடைந்த பலனை பட்டினத்தடிகள் கீழ்கண்ட பாட்டினால் விளக்குகிறார்.

"ஓங்காரமாய்நின்ற வத்துவிலேயொரு வித்துவந்து
பாங்காய்முளைத்த பயனறிந்தால் பதினாலுலகும்
நீங்காமல்நீங்கி நிறையாமல் நிறைந்துநிறையுரு வாய்
ஆங்காரமானவர்க் கெட்டாக்கனி வந்தமர்ந்திடுமே."

ஓங்காரமாயுள்ள பொருள், வாயு, வன்னி, வருண பூதங்களால் கூடிய பிரணவ கலசத்துள் வித்தாய் முளைத்திருக்கும் இகபர இரகசியம் தெரிந்து கொண்டால் கீழேழு, மேலேழு லோகங்கள் எனப்படும், சப்த சாகரம் அண்டத்தின் மேலும் கீழுமாகச் சுற்றிக் கொண்டிருக்கும் ஜலத்தை நீங்காதபடி நீக்கி நிறையாது நிறைந்திருப்பதை

எடுத்து பத்திரப்படுத்திக் கொண்டதும், எல்லோருக்கும் எட்டிப் பறிக்கக்கூடாத கனியாகிய அண்டம் அன்பர்கள் கையில் வந்தமர்ந்து விடும் என்று கூறுகிறார்.

"வித்துக்குள்நின்ற ரசம் அப்புமாச்சு
விண்ணிறிந்து வந்தரசம் உப்புமாச்சு
சந்தித்தவிடந்தனிலே எல்லாமுண்டு
சாகாதகால்தானே சவுக்காரந்தான்"

— அகஸ்தியர்

பிரணவ கலசத்திலுள்ள வித்தை எடுத்ததும், பூமி பிளக்கப்பட்டு, ஆகாயம் தோன்றியதும் விண்மழை சொரிந்து அந்த ஜலத்தில், வித்தும் வந்து விழுந்ததும், சகலகலைக்கியானங்களும் உண்டாயிற்று. இதுவே சாகாக்கால் வேகாத்தலை. இரண்டும் சேர்ந்ததே சவுக்காரமும் அல்லது முப்பூவும் ஆகிறது.

"பிறவிப் பெருங்கடல் நீந்துவர் நீந்தார்
இறைவனடி சேராதார்"

மகாசமுத்திரத்தில் அலைகள் ஒன்றின் பின் ஒன்றாக ஓய்வின்றி கரையில் வந்து மோதிக்கொண்டே இருக்கின்றன. அதேபோல் நம்முடைய வாழ்க்கையும், அவாவின் மூர்க்கத்தினால் கருதிய எண்ணங்களைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ள வேண்டி, பலயோனி வாய்பட்டுப் பிறந்தும் இறந்தும் ஒன்றின் பின் ஒன்றாகப் பிறவிச் சுழலில் சிக்குண்டவர்களாய் இருக்கிறோம். பிறப்பு இறப்பு என்ற விஷயத்தில் பலருக்கு பலவிதமான மாறுபட்ட எண்ணங்களிருப்பதால், இதில் வாசகர்கள் அபிப்பிராயத்துக்கு நாம் எதிர்ப்பு கூறுவதற்கில்லை. இறைவனடியைச் சேர, அலைகளாகிய சுழலில் சிக்காது; திறமையினால் கடலுள் மூழ்கியதும், அலையின் ஆதிக்கம் அற்றுவிடுகிறது. அப்பொழுது ஆழத்திலிருக்கும் அமுத சுரபியை, கடல் நீரில் தோன்றி கட்டுப்பட்ட உப்பை

பாறைகளினின்று உடைத்து, பிறவி எடுத்து விள்ளவும் வாயின்றி கொள்ளை கொண்ட பொக்கிஷங்களைத் தெய்வமாகக் கருதி, எடுத்து அவனுள்ளிருக்கும் அகர உகரத்தைப் பிரித்துச் சேர்த்து பக்குவப்படி வாலையிலிட்டு வடித்து அமுதபானம் பண்ணிவர, பிறவிக்காகிய அலைகளைத் தாண்டி நித்யானந்த வாழ்க்கையை இறைவனிருப்பை அடைந்தவர்களாகி விடுகிறோம். அலையைத்தாண்டிச் செல்ல முடியாத திரமற்ற தேவர்கள் இறந்ததற்குக் காரணமும் இதுவே. ஆனதால்தான் கிருஷ்ணன் திரமுற்ற அசுரர்களைத் துணை கொண்ட காரணம்.

குக்குட வண்டங்குளாவியபதிறென்று வெக்கு உடைத்து
வெள்ளைக் கருவேறு
மக்குடமஞ்சட் கருவேறு வாங்கிட்டு ஒக்குவெருக்கம்
பாலிதில் ரெண்டு வார்த்திடே
வார்த்திட்டு வெவ்வாறுய் வைத்து இது ரெண்டில்
கோர்த்திட சினத்தை கொட்டொருகாசிடை
கார்த்திட்டமஞ்சட்கருவிலே காரமும் போர்த்திட வீரமும்
புக ரெண்டு காசிடே
விட்டுவிரளாவிதமாக மத்திக்க மட்டான வெள்ளை
மருண்டு ஜலமாகும்
கொட்டான மஞ்சள் கருவது கூழாகும் வெட்டான
வெள்ளை ஜலத்தை மிதில்வாரே.
வார்த்தேயுருக வளமாக மத்திக்கில் ஏர்த்தே நற்கார
மிதமாம் வெடியுப்பு
போர்த்தே ஜெயரசம் புகழ் வெள்ளைகண்டரும் சேர்த்தே
இது நான்கும் சிறக்க நாற்காசிடே.
காசிடநாலு காரத்தில் வீரத்தை ஒசிடமஞ்சள்
கருவினூறப் போட்டு
வாசிடக்கை கொண்டு மத்திக்க மத்திக்க பாசிடக்கமது
பற்பத்தில் மெழுகாமே

மெழுகானகுக் குடத்தண்ட நவலோகத் தழுவப் புடம் போடத் தங்கத்தில் தங்கமாம்
வழுவாச்சரக் கெல்லாம் வாட்டிடக் கட்டுண்ணும் நழுவது ஒன்றும் நலமான சித்தியே
சித்திக்கு மண்டஞ்செயமாம் மகாவேதை மத்திக்க சூதங்கேள் வாசனைக்கேசாகும்
மந்திச்சருபம பரிமுத்துருபம் கொத்திச்ச வேதை கோடிக் கடங்காதே.

பாரும்வசியம் பகுர்ந்தகவுனமுஞ்
சேருங்குரு ஒன்று திசையான சூதத்தில்
வேறும் நல் விந்துவில் விட்டறை கட்டுண்ணும்
தாருநவதொந்தம் தனிச் சூதமேகுமே.
தொந்தமுறைகேட்கச் சூட்டிகுசென் நந்தி
பந்தித்த சூதத்தை பாச்சதற் கொன்று
வந்திக்க வந்திக்க வளவற்ற சூதஞ்சாம்
சிந்திக்கவுனமுஞ் சேரும் வசியமே.

என்பதை நோக்கற்பாலது

கௌனமணி

கேட்டிடுவாய் கௌனமதிற் பரந்து நோக்க
கிளரிடுவேன் கௌனமணி கவனம் வைப்பாய்
ஆட்டிடவே செம்மறியின் ஆட்டுக்குட்டி
அதின்மேல் மேனிச்சார் விட்டறைத்து
மாட்டிடவே ரசம் சேர்தான் ஒன்று
மரிவாயுமபானமது நைத்துக் கேளாய்
தாட்டிகமாய் ஆட்டை முடாவிட்டு மூடி
தாக்கிடுவாய் மண்டலந்தான் பூமிக்குள்ளே
உள்ளாகி நடந்து எடுத்துப்பாரு
உரகம்போல் ரசம் திரண்டு மணியாய் நிற்கும்
மெள்ள அதை எடுத்துமறு சட்டியிட்டு
மேனையின் நீருற்றி கண்டக்காச்சி
கள்ளமற கட்டி கற்போலாகி நிற்கும்
கண்டவுடன் கனபோதை ககனம் பாயும்
சன்னாயற மணி வைத்து தேவி பூசை
சாற்றி ஒரு மண்டலமும் ஜெபித்துப் போற்றே
போற்றியுடன்மணி எடுத்து வாயிலிட்டு
பூரணத்திலிருந்தாது ககனம் போவாய்
நாற்றிசையும் நொடிக்குள்ளாய் சுற்றி தாண்டி
நாலிரண்டு எட்டு சரக்கூடம்
தோன்றிடவே தேவிசக்தி காற்பாளுண்மை
திகைப்பின்றி செப்பி வைத்தே புலத்தியர் தேவர்
சாற்றி வைத்தார் கக்கிஷமும் ஐநூறு தன்னில்
சாகரத்தின் மறைப் பின்றி இம் முறையைப் போல

என்னும் முறை சுருக்கிக் கூறப்பட்டுள்ளது. விட்ட குறையிருப்பவர்களுக்கே இது விளங்கும்.

(முற்றிற்று)

உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து

ஆசிரியர் :
வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமய்யா, B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை-600 106

உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து

ஆசிரியர் : V. பலராமய்யா, B.A.,B.L.,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
ஜட்ஜ் பங்களா, அரும்பாக்கம்
சென்னை—600 106.

பொருளடக்கம்

வாழ்த்து

எமக்கு சிரமம் ஏதும் இல்லாதபடி, இப் புத்தகத்தை புரூஃப் முதலியன பார்த்து பிழையற அச்சிட்டு வெளிவர உதவியவர் நண்பர், சென்னை, மயிலாப்பூர், Dr. R. K. சேகர், R. I. M. P. அவர்கள். இவர் செய்துள்ள இப் பேருதவிக்கு நன்றி கூற நான் கடமைப்பட்டுள்ளேன். இவர் உடல் நலம், நீண்ட ஆயுள், திரண்ட செல்வம் ஆகிய இவைகளைப் பெற்று நலமுடன் வாழ வேண்டும் என எல்லாம் வல்ல இறைவனைப் பிரார்த்திக்கிறேன். இப் புத்தகத்தை சிறந்த முறையில் அழகாக அச்சிட்டு உதவிய, மாருதி பிரஸ் உரிமையாளர்களுக்கும் எனது வாழ்த்துக்கள்.

முன்னுரை

மூலசித்தர்கள் பதினெண் பேர்களாவர். அவர்களில் நந்திதேவர் முதற் சித்தரென்றும் அகத்தியர் இரண்டாம் சித்தரெனவும் சொல்வர். ஆனால் இவர்களில் யார் முதல்வர், யார் கடையவர் என்னும் சர்ச்சை நமக்குத் தேவையில்லை. அகத்தியர் தமிழ் மொழிக்குந் தந்தையென்றும் சொல்கின்றனர். அவர் தமிழ் மருத்துவத்திற்கு தலை சிறந்து விளங்குகிறாரென்பதில் ஐயமில்லை. இவர் பல மருத்துவ நூல்களை மக்கள் நலனுக்காக குரு சீட பரம்பரையாய் விளக்கியுள்ளார். அக்காலத்தில் ஓலை ஏடுகளில் எழுத்தாணிகளின் உதவி கொண்டு, வன்டி வன்டியாய் நூல்களைத் தங்கள் குருமார்கள் சொன்னவைகளை சீடர்கள் எழுதி வைத்தனர்.

அகத்தியரும் மற்ற சித்தர்களும் அவரவர் சீடர்களுக்கு மூலிகை வர்க்கம், பாடாண வர்க்கம், உபரச வர்க்கம், உலோக வர்க்கங்கள், வைப்பு முறைகள், நீற்று முறைகள் முதலியன களங்கமின்றி சொல்ல அவைகளை அப்படியே சீடர்கள் எழுதியதாக மரபு.

அகத்தியர் ஒருவரைஎடுத்துக் கொண்டால், அவர் மாத்திரம் பல்லாயிரக் கணக்கான மூலிகைகளைப் பற்றியும்,பாஷாணங்களைப்பற்றியும், அதைப் பிரயோகப்படுத்தும் முறைகளையும் சொல்லியுள்ளார். அவர்

அந்தந்த மருந்துகளின் குணானுபவங்களையும் ஆராய்ச்சி செய்திருக்க முடியுமா என்பதை ஆலோசித்துப் பாருங்கள். மேனாட்டார் ஒரு பிணிக்கு மருந்தோ அல்லது மூலிகையின் குணங்களையோ ஆராய்ச்சி செய்து கண்டு கொள்ளப் பல வருடங்களையும் பல கோடி காசுகளையும் மண்ணாக்குகின்றனர். அவ்விதமான ஆராய்ச்சி செய்திருக்க வேண்டுமாயின் அவர் குறைந்தது ஐம்பதினாயிரம் வருடங்களாவது சீவித்திருக்க வேண்டும். விஞ்ஞான ரீதியில் எந்தெந்த உலோகத்தைச் சேர்த்தால் என்னென்ன குணம் காணுமென்பதையும், ரசத்தை நீற்றி அதைக் கொண்டு பல பிணிகளை நீக்கலாமென்பதைப் பற்றியும், ரசம், கெந்தி, உப்பு என்னும் மூன்றும் ஒருங்கே அமைந்துள்ள ஓர் பொருளினின்று முப்பு என்ற ஓர் தலைசிறந்த மருந்தைச் செய்து ரசவாதம் செய்யும் முறைகளைப் பற்றியும் சொல்லியுள்ளார்.

இதோடு சித்தர்கள் நிற்கவில்லை. மக்கள் பிணிகளுக்கு வேண்டிய மூலிகைகளை, மலை காடுகளிலிருந்து கொண்டு வந்து நாட்டு மக்களிடையே பயிர் செய்து அதன் குணானுபவங்களைப்பற்றியும் சொல்லியுள்ளனர். உதாரணமாக இஞ்சி, மஞ்சள், சுக்கு, தனியா, சீரகம், பூண்டு, வெங்காயம், வெந்தயம், சதகுப்பை, கடுகு, மிளகாய், மசாலா சாமான்கள் (கிராம்பு, பத்திரி, கசகசா, சோம்பு, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி) முதலிய சரக்குகளை அன்றாடம் நம் வீட்டுச் சமையலில் உபயோகிக்கும் முறையில் புகுத்திவிட்டனர். அஞ்சறைப் பெட்டியில்லாத வீடு உண்டா? அதே போல மலைகளிலுள்ள பல மூலிகைகளை நம் தோட்டத்தில் கொண்டு வந்து நட்டு பயிராக்கினர். முருங்கை, கறிவேப்பிலை, வெண்டை, புடலை,

பீர்க்கன், அவரை, கத்திரி, சிறு கீரை, கரிசாலை, முளைக்கீரை, புளிச்சக்கீரை, பசலைக்கீரை, சுக்கான் கீரை, காசினிக்கீரை, சக்ரவர்த்திக் கீரை முதலிய பல கீரைகளையும், செடிகளையும், கொடிகளையும், நம்முடைய சமையல் அறை பக்கமே பயிரிடச் செய்தனர்.

இவ்வகையான மூலிகைகளையும், சரக்குகளையும் எந்த மேனாட்டு விஞ்ஞானி நம் தோட்டத்தில் நடச் செய்தான்? நம் நாட்டில் சித்தர்கள் சிறந்த விஞ்ஞானிகளாகவும், நம் மக்கள் சிறந்த அறிஞர்களாகவும் இருந்த காலத்தில், பிற நாட்டு மக்கள் காட்டுமிராண்டிகளாக இருந்திருக்கின்றனர் என்பதற்குப் பலவித ஆதாரங்களுள்ளன.

மருந்து, மணி, மந்திரம் முதலிய பலதரப்பட்ட கலைகளை நம் நாட்டு மக்கள் பல்லாயிரக் கணக்கான வருடங்களுக்கு முன்னமேயே வளர்த்து மேம்பாடடைந்துள்ளனர். ஆனால் இந்நாட்டில் ஆங்கிலேயர்கள் நுழைந்த பிறகு நம்மிடத்திலேயே அவர்கள் சில கலைகளை அறிந்து கொண்டு, வேறு உருவத்தில் நமக்குப் புரியாதவண்ணம் நம் நாட்டிலேயே அவைகளை நூதனமான பொருளைப் போல் புகுத்தினர். மேனாட்டு மருத்துவத்தில் பயின்ற நம் மக்கள் அந்த மருத்துவப் பிரயோகத்திலுள்ள ஆடம்பரங்களை விரும்பினர்.

ஆங்கிலேயர்களின் ஆட்சியிலிருந்து நம் நாடு விடுதலைப் பெற்றது. ஆயினும் அவர்கள் விட்டுச் சென்ற "ஆலோபதி" என்னும் மருத்துவத்தினின்றும் விடுபட முடியாமல் தவிக்கிறோம்.

நம்வீட்டு நல்லெண்ணெயை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். மேனாட்டார்களில் பலர் இதன் பெயரைக்கூட

கேட்டிருக்க மாட்டார்கள். என்னுச் செடி எப்படியிருக்குமென்றுகூட நம் நாட்டு ஆங்கில மருத்துவர்களில் பலருக்குத் தெரியாது. ஆயினும் நம் வீடுகளில் அந்த எண்ணெயில்லாத சமையலே கிடையாது. ஆங்கில மருத்துவர்கள் அது ஒரு கொழுப்புச் சத்து என்று சொல்லிவிட்டு, நாற்காலியில் உட்கார்ந்து கொள்வர். இதற்கு நல்லெண்ணெயென்று பெயரிட்ட அறிஞர்கள் இவ்வித ஆங்கில மருத்துவர்களைப் பார்க்க நேர்ந்தால் கண்ணீர் விடுவர்.

நம் நாட்டு ஆங்கில மருத்துவர்கள் தங்கள் தாய் மருத்துவத்தை ஏளனம் செய்வதைவிட்டு, நம் தமிழ் மருத்துவத்தில் ஆச்சரியமாய் பிணிகளை நீக்கும் மருந்துகளை மக்களுக்கு பயன்படச் செய்வதே சிறந்தது. மக்களின் நலனே நம் நலன். எந்த மருத்துவ முறையில் சிகிச்சையளித்தாலென்ன? நோயாளிகளுக்கு வேண்டியது குணமல்லவா?

நம் வீட்டு சமையலறையிலுள்ள அஞ்சறைப் பெட்டி மருந்துகளைக் கொண்டும், வீட்டைச் சுற்றியுள்ள செடி, கீரை மூலிகைகளைக் கொண்டும், நமக்கு அடிக்கடித் தோன்றும் பிணிகளை நீக்கும் உபாயத்தை, இச் சிறு புத்தகத்தில் கூடியவரையில் ஆராய்வோம்.

ஆசிரியர்

அரிசி

அஸ்தியின் உஷ்ணத்தால் மெலிந்து போகும் குழந்தைகளுக்கு அல்லது பெரியோர்களுக்கு, ஒரு கரண்டி நல்லெண்ணெயில் ஒரு தேக்கரண்டி புழுங்கலரிசியை விட்டுக் காய்ச்சி அரிசி மிதக்கும் சமயம் இறக்கி ஆறவைத்து தலையில் தேய்த்து, உடலில் சிகைக்காயினால் எண்ணெயை அகற்றிக் குளிக்கச் செய்யவும். மெலிவுற்ற குழந்தைகளின் உடல் வன்மை பெறும்.

கட்டி (Abscess)

உடலில் எப்பாகத்திலாயினும் கட்டி வந்தால் அதை விரைவில் பழுக்கச் செய்து உடையும் பக்குவத்திற்குக் கொண்டுவர, பச்சரிசி மாவைக் குழம்பு பக்குவத்தில் நீர் விட்டுக் கரைத்து, மஞ்சள் தூள் அதிலிட்டு இருப்புக் கரண்டியிலிட்டு அடுப்பிலேற்றிக் காய்ச்சி மெழுகு பதமானவுடன் இறக்கி, இளஞ்சூட்டுடன் கட்டியின் மேல் வைத்துத் துணியால் கட்டி வைக்கவும். இரவில் படுக்கும் சமயம் இவ்விதம் செய்வது நல்லது. பகலிலும் அதே போல் செய்யலாம். ஒன்றிரண்டு கட்டுகளிலேயே கட்டி பழுத்து விடும். குத்தல் வலி குணமாகும். தானாக உடைந்து விடும்.

அப்படி உடைய காலதாமதமானால் தோட்டத்திலுள்ள முள்ளுக்கீரை வேரெடுத்துச் சுட்டு சாம்ப

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

லாக்கித் தேங்காயெண்ணெயில் கலக்கிக் கட்டியின் நுனிப்பாகத்தில் வைத்தால், சில நிமிடங்களில் உடைந்து விடும்.

அதே போல் அந்திமந்தாரை என்னும் பத்ராட்சி செடியின் இலை இரண்டொன்று எடுத்து, இலையின் மேல் விளக்கெண்ணெயை தடவி நெருப்பின் மேல் வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் கட்டிமேல் போடவும். இதுவும் கட்டியைப் பழுக்க வைத்து உடையச் செய்யும்.

அதேபோல் நம் தோட்டங்களிலுள்ள ஊமத்தன் இலையையும் விளக்கெண்ணெய் தடவி வதக்கி கட்டிகளின் மேல் போடலாம்.

உடைந்த பிறகு புண் பாகம் அதிகமாயிருந்தால் முருங்கை இலையை எண்ணெய் விடாமல் லேசாக வாட்டி பிழிந்து சாற்றை அகற்றிவிட்டு, பிழிந்தெடுத்த இலையை மறுபடியும் வாணலியிலிட்டு விளக்கெண்ணெய் விட்டு லேசாக வதக்கி அப்படியே புண் மேல் கட்டி வர இரண்டு மூன்று நாட்களில் புண் குணமாகிவிடும். இதில் சந்தேகம் வேண்டியதில்லை. ஆறாத பிளவைகளுக்கும் இந்த முருங்கை இலையை மேற் சொன்ன பக்குவத்தில் செய்து பிரதி தினமும் கட்டி வர வலி குறைந்து புரையோடிய புண்களும் ஆறி விடும்.

உப்பு

''உப்பு அறியாதவன் துப்பு கெட்டவன்'' என்பதோர் பழமொழி. உப்பு தேள் விஷத்திற்குச் சிறந்தது. வேண்டிய அளவு உப்பை எடுத்து தண்ணீரில் கரைக்கவும். ஒரு அளவுக்குத்தான் நீரில் உப்பு கரையும். அதற்கு மேல் கரையாது என்னும் பக்குவத்தில் அந்த நீரை எடுத்து வடித்துப் புட்டியிலடைக்கவும். உடலில்

தேள் கொட்டிய பக்கத்திற்கு எதிர்ப்பக்கம் கண்ணில் அந்த உப்பு நீரை ஒன்றிரண்டு சொட்டுகள் விட்டால் உடனே விஷமிறங்கிவிடும். அதாவது வலது பக்கத்தில் கொட்டினால் இடது கண்ணில் விடவும். அது போன்று இடது பக்கத்தில் கொட்டினால் வலது கண்ணில் விடவும்.

இடுப்புப் பிடிப்பு

முருங்கையிலையும் கொஞ்சம் உப்பும் சேர்த்திடித்து பிழிந்த சாற்றை, பிடிப்பு இருக்குமிடத்தில் தடவி தேய்த்து விட பிடிப்பு விட்டு விடும். இரண்டு மூன்று முறைகள் செய்யவும்.

வயிற்றில் வாயுவுக்கு

கொஞ்சம் உணவு சாப்பிட்டாலும் நிறைய சாப்பிட்டது போல்சிலருக்குவயிறுபொருமிக்காணும். மூச்சுக்கூட திணறும். இதற்கு உப்பை புளித்தமோரில் 3-நாட்களுக்கு ஊற வைத்தெடுத்து ஒரு மண் குடுவையிலிட்டு மூடியிட்டு மண் சீலை 3-செய்து 100-விறட்டியில் புடமிட்டு நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு சிட்டிகை மோரிலோ நீரிலோ கலந்து சாப்பிட்டுப் பாருங்கள்.

புளி

காட்டில் கொல்வது புலி, வீட்டில் கொல்வது புளியென்று சிலர் தவறுதலாகக் கூறுகின்றனர். பழுத்த பழங்கள் எதுவாயினும் உடலுக்கு உபாதையை உண்டு பண்ணுகிறதில்லை. புளிக்கு மலத்தை இளக்கும் வல்லமையுண்டு. குசியைத் தந்து வாயில் அமிர்த நீர் ஊறும்படி சீரண கோசங்களுக்கு

உற்சாகத்தைக் கொடுக்கிறது. ஆனால், பெண்கள் சங்கமம் செய்ய விரும்புகிறவர்கள், இரவு காலங்களில் ஆகாரத்தில் புளி சேர்க்கக் கூடாது. ஏனெனில் புளி விந்துவைச் சீக்கிரத்தில் வெளிப்படுத்தி விடும். எலுமிச்சம் பழச்சாறு புளியைக் காட்டிலும் வேகமாய் விந்துவைக் கலக்கும். காயகற்பம் சாப்பிடுவோர் புளியை உபயோகிக்கக் கூடாது.

சுளுக்கு, வீக்கம் முதலியவைகளுக்கு பற்றும் போட புளி

புளியை தண்ணீரில் கரைத்து அளவுடன் உப்பை அதில் கரைத்து அனலில்கொதிப்பித்து, வெண்ணெய்ப் பக்குவத்தில் வரும் சமயம் இறக்கி இளஞ்சூட்டுடன் வீக்கமுள்ள இடத்தில்நன்றாகத் தடவிவிடவும். வீக்கம் குறைந்து விடும். பிடிப்புகள் முதலியவைகளும் இப்பற்றினால் குணப்படும்.

மிளகாய்

மிளகாய் காரத்திற்காக மாத்திரம் உபயோகிக்கப்படும் பொருளென்று மக்கள் கருதுகின்றனர். மிளகாயில் தாமிரசத்து உள்ளது. தாமிரசத்து உடலை வலுப்படுத்தும். பல வியாதிகளையும் நம் உடலில் பரவச் செய்யும் வேண்டாப்பூச்சிகளையும் கொல்லும். ஆனால் பச்சை மிளகாய் உடலுக்கு நன்மை பயக்காதென்பதை அறிய வேண்டும். தெலுங்கு நாட்டவர் மிளகாய் சேர்ந்த பச்சடிகளையும் ஊறுகாய்களையும் நிறைய சாப்பிடுகின்றனர். அவர்கள் உடற்கட்டு நம் தமிழ்நாட்டு மக்களுக்கு இல்லையென்பதை யாரும் மறுக்க முடியாது. மிளகாய் சத்துள்ளதென்பதற்கு தெலுங்குநாட்டவர்கள்உடல்நிலை நமக்கு ஒருசான்று.

வாந்திபேதி, மந்தபேதிக்கு

ஒரு புது சட்டியில் இரண்டு மிளகாயிட்டு வறுக்கவும். நன்றாகக் கருகிய பிறகு மிளகாயை எடுத்தெறிந்து விடவும். வறுத்த சட்டியில் இரண்டு மூன்று கோப்பைகள் தண்ணீரூற்றி காய்ச்சி ஒரு கோப்பையாக கண்ட வைத்து உள்ளுக்கு கொடுக்க, ஒரு வேளையிலேயே குணம் தெரியும்.

மிளகு

"பத்து மிளகிருந்தால் பகைவன் வீட்டிலும் சாப்பிடலாம்" என்பது பொன்மொழி.

மிளகு விஷங்களுக்குக் கோடரி. பல்லி விஷம், அரணை விஷம் முதலியவைகளினால் நஞ்சான உணவை சாப்பிட்டவர்கள் மிளகிருந்தால் இறந்து விடத் தேவையில்லை. மிளகையும் கொஞ்சம் கருப்பு வெல்லத்தையும், சேர்த்து மென்றோ அல்லது அரைத்தோ விஷமென்று சந்தேகித்த உடனே உள்ளுக்கு கொடுத்து விடவும். வாந்தியாகும் வரையில் நிறைய தண்ணீர் அருந்தும் படி செய்யவும்.

மற்றொரு முக்கியமான பிரயோகம். வாத பித்த சுரம் உடலில் காண்பதற்கு முன்னால் தலை கனத்து, கால் கைகள் அயர்வு உண்டாகும் சீக்கிரமே காய்ச்சலும் தொடர்ந்து வந்துவிடும். இதை ஆங்கில மருத்துவர்கள் Influenza என்பர். தலை கனம் குறைந்து காய்ச்சல் பூரண குணமடைய ஒருவாரமாவது ஆகும். Antibiotics என்னும் நஞ்சு மாத்திரைகள், ஊசிகள் பலவற்றை டாக்டர்கள் நமக்கு செலுத்திவிடுவர், குழந்தைகளுக்கும் அதே நஞ்சு மருந்துகளைப்

பிரயோகம் செய்வது வருந்தத்தக்கது. இவ்விஷ மருந்துகளால் நம் உடலிலுள்ள சத்துப் பொருள்கள் எல்லாம் நாசமடையும்.

மிளகு இருக்கும்போது (Influenza) சுரத்திற்குப் பயப்படாதீர்கள். தலை கனத்தைச் சில மணிகளில் மிளகு குறைத்துவிடும். ஒரு மிளகை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அதன் மேலுள்ள கறுப்புத் தோலை கத்தியால் சுரண்டி எடுத்துவிடுங்கள். தாய்ப்பால் 20 சொட்டு வாங்கி வந்து நான்கு சொட்டுகள் சந்தனக் கல்லில் விட்டு மிளகை அதில் கையினால் பாதிஅளவுக்கு உரைத்துக் கொண்டு அந்தக் கல்கத்தை எடுத்து மிகுதி பாலில் கலக்கி இரு கண்களிலும் 5, 6 சொட்டு கள் விடுங்கள். பகிரென எரியும். சில வினாடிகளே எரியும். கண்களை திறந்து திறந்து மூடச் செய்யவும். பிறகு பாருங்கள். தலை கனத்துடன் படுத்திருந்த நபர் எழுந்து உட்காருவார்.

சீதளமென்னும் தடுமத்திற்கு

மிளகு ½-தேக்கரண்டி நெய்யில் வறுத்து கருப்பு வெல்லம் 100 கிராம் அதனுடன் சேர்த்து அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு உருண்டைகள் செய்துகொண்டு 4- மணிக்கொரு முறை ஒரு உருண்டை சாப்பிட சளி இருமல் குணமடையும். ஷை முறையில் பக்குவம் செய்த மிளகை பட்டுபோலரைத்து அதை வேளைக்கு கால் தேக்கரண்டியளவு தேனில் காலை மாலை மூன்று வேளைகள் சாப்பிட கப இருமல் குணமாகும்.

சாதாரண சுரத்திற்கு கியாழம்

தோட்டத்திலுள்ள பவழ மல்லி இலை ஒரு கைப் பிடி, மிளகு ஒரு தேக்கரண்டி. இவைகளை நைத்து

கரும்பு வெல்லம் வேண்டிய அளவு சேர்த்து 4 கோப்பை தண்ணீரிலிட்டு காய்ச்சி ஒரு கோப்பையாக வற்றவைத்து காலை, மதியம், மாலை ½- கோப்பை வீதம்கொடுக்க இரண்டே நாட்களில் சுரம் குறையும்.

மற்றொன்று :

1. தும்பைப் பூ...கிராம் 2
2. மிளகு ...கிராம் 2

இரண்டையும் அரைத்து காலை மாலை 3- நாட்கள் கொடுக்க ஜுரம் குணமாகும்.

குத்தல் வலி கட்டிகளுக்கு

மிளகு ½- பலம் ஒரு துணியில் முடிந்து நெருப்பில் அல்லது இரும்பு வாணலியிலிட்டு சுட்டுக் கரியாக்கி, அதைத் தேனில் குழப்பி கட்டியின் மேல் போட, வலி உடனே நீங்கும்.

கடுகு

கீல் வாதங்களுக்கு வீட்டிலுள்ள கடுகோ அல்லது நாட்டு மருந்து கடையில் கிடைக்கும் வெள்ளைக் கடுகோ அரைத்து பிளாஸ்திரியிடவும். வலியும் வீக்கமும் நீங்கும்.

விடாத இருமலுக்கு

காலை 4- மணிக்கு சிலருக்கு இருமல் தோன்றி மூச்சு விடாமல் இருமி சங்கடப்படுவர். கடுகை பட்டுப் போல் அரைத்து குன்றியளவு தேனில் 2, 3, வேளைகள் சாப்பிட இருமல் குணமாகிவிடும்.

கடுகு எண்ணெய்

மூளை மூலத்தில் உண்டாகும் ரணங்களுக்கு தடவவும் குணமாகும்.

வெந்தயம்

வெந்த அயம் (அயச் செந்தூரம்) ஆயுளைப் பெருக்கும். நம் வீட்டு வெந்தயமும் உடலை நீட்டும். இது உடலுக்குக் குளிர்ச்சியைத் தரவல்லது. வெந்தய இட்லி செய்து சாப்பிடுவது நம்நாட்டு வெப்பதட்ப நிலைக்கு நல்லது மிருதுவாகவும் மிக ருசியாகவுமிருக்கும். ஒரு ஸ்பூன் வெந்தயம் ¼-படி அரிசியுடன் சேர்த்து உடனே நுரை ஸெம்ப உரலிலாட்டி, முன்னுள் தோசை அல்லது இட்டிலி மாவு ஒரு கரண்டி சேர்த்து ஊற வைத்து மறுநாள் இட்டிலி செய்யவும். உயர்ந்த விலை கொடுத்து உளுந்தம் பருப்பு வாங்க வேண்டிய அவசியமில்லை, இட்டிலி ருசியாகவும் மிருதுவாகவும் இருக்கும்.

சீதபேதி, வயிற்றிரைச்சல் உண்டானால் ¼-டீஸ்பூன் வெந்தயத்தை வாயிலிட்டு மோர் சாப்பிடவும். குணமாகும்.

வெந்தயப் புளிக்குழம்பு அடிக்கடி சாதத்துடன் சாப்பிட வயிற்றில் காணும் எரிச்சல், அஜீரணம் முதலியன குணமாகும்.

¾- டீஸ்பூன் வெந்தயத்தை வாயிலிட்டு மோர் சாப்பிடவும். உடல் வெப்பம் குறையும்.

சுக்கு

"சுக்குவைப் போல மருந்தில்லை; சுப்பிரமணியரைப் போல தெய்வமில்லை" என்று பெரியோர்கள் சொல்வர். சுக்கு எப்படிப்பட்டதென்பதை நம் அனுபவத்தில் உடனே காணலாம்.

கைகால் ஒய்ச்சலுக்கு, சுக்கு ½- அங்குல நீளமுள்ள ஒரு துண்டு எடுத்து மேல்தோல் நீக்கிவிட்டு பனைவெல்லம் போதிய அளவு, ஏலம் கொஞ்சம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, ஒரு கோப்பை சுடச்சுட சாப்பிட்டுப் பாருங்கள். உடலில் ஓர் புத்துணர்ச்சி தோன்றும். வயிற்றுப் பொருமலுக்கும் இந்த சுக்குத் தண்ணீர் மிக மிகச் சிறந்தது.

மூல உஷ்ணத்துக்கு சுக்கு

சுக்கு துண்டுகளின்மேல் வெத்திலைக்குப் போடும் சுண்ணும்பைக் கவசம் செய்து, கரியடுப்பில் அளவுடன் சுட்டு எடுத்து பொடித்து பனைவெல்லத்துடன் கூட்டி சாப்பிட, மூல உஷ்ணம் தணியும். அவ்விதம் ஐந்து முறைகள் சுண்ணும்பு தடவி சுட்டு எடுத்து பொடி செய்து மூன்று விரல்களால் எடுக்கும் அளவு வாயிலிட்டுத் தண்ணீரில் நாள் ஒன்றுக்கு 3- வேளைகள் சாப்பிட, ரத்த மூலம் உடனே நிற்கும். சாதத்தில் கலந்து நெய் சேர்த்து சாப்பிட கட்டுக்கடங்காக் கிராணிபேதி உடனே குணமாகும்.

சுக்கு சேர்த்து புளிக்குழம்பு செய்து, மாதம் இருமுறை அன்னத்துடன் சாப்பிட்டு வந்தால், வாத நோய்கள் அணுகாது. குழந்தைகளுக்குச் சளி இருமல் இருந்தால் சுக்கை வெந்நீரில் உரைத்து கொஞ்சம் நெற்றியில் தப்பளம் போடவும்.

சுக்குத் தூள் ஒரு பங்கு, வெடியுப்பு இரண்டு பங்கு சேர்த்து அரைத்து வைக்கவும். வயிற்று வலியுள்ளபோது அரைத் தேக்கரண்டி அளவு மோரிலோ தண்ணீரிலோ சாப்பிட உடனே குணமடையும்.

சாதத்திற்கு சுக்கு பொடி

1. துவரம் பருப்பு ½ லிட்டர்
2. சுக்கு ... 20 கிராம்
3. மிளகு ... 5 கிராம்
4. கறிவேப்பிலை 10 கிராம்.

சுக்கின் மேல்தோல் நீக்கவும். மற்ற சரக்குகளை கொஞ்சம் நெய்யோ நல்லெண்ணெயோ விட்டுப் பக்குவமாய் வறுத்து எல்லாவற்றையும் (சுக்கு உள்பட) தூள் செய்து, உப்பு வேண்டிய அளவு கூட்டி வைக்கவும். வாயு உபத்திரவம், வயிற்றுப் பொருமலுக்கு சாதத்தில் கலந்து நெய்விட்டுச் சாப்பிடவும்.

சீரகம்

சீர்+அகம். இது உடலை சீர்திருத்தக் கூடியது. தலை கிறுகிறுப்பு, மயக்கம் முதலியவைகளுக்கு இது சிறந்த மருந்து. சீரக வெள்ளமென்று மலையாளத்தில் புகழ் பெற்றது. சாதாரணமாய் நாம் சாப்பிடும் தண்ணீரில் ஒன்றிரண்டு சிட்டிகைகள் சீரகத்தை அப்படியே போட்டுக் கொதிக்க வைத்துக் கொண்டு அருந்தினால், பித்தத்தை சாந்தி செய்யும். சீரகத்தைப் பொன் வறுவலாய் வறுத்து சூரணம் செய்து பனை வெல்லம் கூட்டி வைத்துக் கொண்டு வேண்டியபோது உண்டுவர, பசி தீபனத்தை உண்டாக்கும்.

சீரகப் பொடி

1. சீரகம் கிராம் 100
2. இந்துப்பு கிராம் 50

பொடித்த *உப்பையும் சீரகத்தையும் ஒரு பீங்கான் கோப்பையிலிட்டு அவை சரக்குகள் மூழ்கும் அளவுக்கு எலுமிச்சம் பழச்சாறு வடிகட்டி விட்டு வெய்யிலில் வைத்து சுண்டியபிறகு, மற்றொரு முறையும் பழச்சாறு விட்டு உலர்த்தி எடுத்து பொடித்து வைக்கவும். இதில் ஒரு சிட்டிகை வாயிலிட்டுத் தண்ணீர் சாப்பிட வாய் கசப்பு, வாய்நாற்றம் முதலியன போவதுடன் தலை சுற்றல், கிறுகிறுப்பு தீரும். பசி தீபனத்தை உண்டாக்கும்.

செம்பட்டை முடிக்கு

சீரகத்தை பொன் வறுவலாய் வறுத்து பட்டு போல் தூள் செய்து காய்ச்சிய பசுவின் பாலில் கலக்கி தலையில் தேய்த்து வர முடி கருகருவென்று கருநிறமாகும்.

உளுத்தம் பருப்பு

இது உடலுக்கு மிக்க சத்தையளிக்கும் பருப்பு. அசீரண வியாதியுள்ளவர்கள் இதை அதிக அளவில் உபயோகிக்கக் கூடாது. இது நம் சமையலுக்கு மணம் தருவதுடன் உடலுக்கு வலிமையையும் தருகிறது. தாளிப்பில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பின் சேர்க்கை விசேஷமானது. உளுந்து வாயுவை உண்டாக்கும். அந்த வாயுவை சமனப்படுத்த கடுகைச் சேர்த்து விட்டனர். கடுகு உஷ்ண காரியானதால் உளுந்தினுடைய வாத குணத்தை சமனப்படுத்துகிறது.

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

உளுத்தம் பருப்பு லேபனம்

என்னுடைய மனைவிக்கு Collar bone ஒடிந்து விட்டது. எலும்பு சிகிச்சை செய்யும் ஒரு நாட்டு மருத்துவர், உளுத்தம் பருப்பை சன்னமாக பொடி செய்து கோழி முட்டை வெண்கருவிட்டுக் கலக்கி மெழுகு பதமாய் எடுத்து, ஒரு சிறு துண்டு சீலையில் தடவி ஒருநாள் விட்டு ஒருநாள் ஒடிந்த இடத்தில் மூன்று பத்துக்கள் போட்டார்கள். பத்து நாட்கள் கழித்து எக்ஸ்ரே படமெடுத்துப் பார்க்க ஒடிந்த இடம் சுத்தமாக கூடியிருந்தது. ஆங்கில மருத்துவத்தில் இதற்கு சிகிச்சை செய்ய வேண்டுமாயின், என்னென்ன சாதனைகள் செய்ய வேண்டுமென்பது வாசகர்களே அறிவர்.

மஞ்சள்

இதற்குப் புண்களை ஆற்றி பொன்மேனியைத் தரக் கூடிய வல்லமையுண்டு. நம்முடைய சமையலில் மஞ்சள் இல்லாத நாளுண்டா? இதை பெண்கள், உடலில், முகத்தில் தேய்த்துக் குளிப்பது நம் நாட்டுப் பழக்கமாயிருந்தது. துர்நாற்றத்தை, பூசிய அன்று முழுதும் நீக்க வல்லது. ஆனால் சோப் வந்த பிறகு மஞ்சளை நம் பெண்கள் மறந்து விட்டனர் அத்தைக்கு மீசை முளைத்தால் சித்தப்பன் என்றபடி இக்காலத்திய பெண்களில் பலர் மீசையுடன் காட்சியளிக்கின்றனர். முகத்தில் மஞ்சள் தடவுவதினால் முடி வளராது. வழுவழுப்பாய் இருக்கும். இந்த மணத்தை நுகரும் ஆண்கள் அப்பெண்களை மறவார்களென்று அனுபவத்தில் முதிர்ந்த பெரியோர்கள் சொல்கின்றனர். கீழ்க் கண்ட செய்யுளை கவனியுங்கள்.

"பொன்னிறமாம் மேனிபுலால்நாற்றமும் போகும்
மன்னு புருஷவசியமாம்—பின்னியெழும்
வாந்தி பித்த தோஷம்ஐயம் வாதம் பேரம் நீபனமாம்
கூர்ந்த கறிமஞ்சள் தனக்கு."

பிரயோகம்: விடாத நுணுக்கிருமலுக்கு அப்பொழுது கறந்த பசுவின் பாலில் நான்கு சிட்டிகைகள் மஞ்சள் பொடி கலந்து காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட, அன்றே பாதியளவுக்கு இருமல் குறைந்துவிடும். இரண்டு மூன்று நாட்கள் அதே விதமாகச் சாப்பிட பூரணகுணமாகும்.

சளி, மூக்கடைப்பு, பீனசம் முதலியவைகளுக்கு

கறிமஞ்சள் கொம்பு ஒன்று எடுத்து நல்லெண்ணெயில் முக்கி விளக்கில் கொளுத்தி அதனுடைய புகையை மூக்குக்குள் பயப்படாமல் வேண்டிய அளவு இழுத்தால் மூக்கடைப்பு அகலும். அடிக்கடி இப்படிச் செய்துவர பீனசம் குணமாகும்.

புண்களுக்கு மஞ்சள் தூள்

மஞ்சள் தூள், கற்பூரம் வெந்நீரில் கலந்து அந்த நீரினால் புண்களைச் சுத்தம் செய்து மஞ்சள் பொடியையே தூவி வைக்க ஆறாத புண்களும் ஆறும்.

குழந்தைகள் பேதிக்கு : ஒரு கோப்பை தண்ணீரில் மஞ்சள் பொடி 5-சிட்டிகைகளிட்டுக் காய்ச்சி 2-மணிக்கொருதரம் ஒரு சங்கு அளவு உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும்.

மலடிக்கு மஞ்சள்: குருக்கு என்னும் பிரமதண்டி இலை இரண்டு கறிமஞ்சள் துண்டு ஒன்று சேர்த்து அரைத்து பிறவிடை காலத்தில் 3-நாட்களுக்கு காலை ஒரு வேளை மாத்திரம் கொடுக்க கர்ப்பம் தரிக்கும்.

பெருங்காயம்

நம் காயத்தை பெருங்காயமாக்கும். இது சிரணகாரி. பசியின்மை, வாயு, வயிற்றுவலி முதலியவைகளுக்கு நீர் மோரில் உப்பிட்டு, பெருங்காயம் பொரித்துக் கூட்டி கறி மஞ்சள் ஒரு சிட்டிகை கூட்டி, மூன்று மணிக்கொரு முறை ஒரு கோப்பையளவு சாப்பிடவும்.

தேள் கொட்டிய இடத்தில் பெருங்காயத்தை தண்ணீரில் இழைத்துத் தடவி, கொஞ்சம் சூடு காட்ட விஷம் இறங்கும்.

வெள்ளைப் பூண்டு

"உள்ளி சேஸே மேலு தல்லி சேயது" என்று தெலுங்கில் ஒரு பழமொழி. அதாவது பூண்டு செய்யும் நன்மை தாயும் செய்யமாட்டாள் என்பதாம். மிளகு, சீரகம், பூண்டு, வறுத்த துவரம் பருப்பு கூட்டி வைத்த ரசத்துடன் சோறு அருந்தினால், வாத பித்த சிலேத்துமம் அதனதன் அளவில் இயங்கிப் பிணியற்று இருக்கலாம்.

இளம் வயதிலேயே தலையில் முடி உதிர்ந்து சொட்டைகள் விழுவதுண்டு. இதற்கு சுத்தமான தேனில் பூண்டை உரைத்துமுடி உதிர்ந்த இடத்தில் தேய்த்து வந்தால் சில நாட்களில் முடி வளர்ந்து விடும். தேன் பட்டால் முடி நரைத்துவிடுமென்று சிலர் சொல்வது உண்மைக்குப் புறம்பானது.

ரத்தக் கொதிப்புக்கு

அரை ஆழாக்கு பசுவின்பாலில் ½-ஆழாக்கு நீர் கூட்டி பூண்டு பல் 20-கிராம் அதிலிட்டு நீர்வற்றக் காய்ச்சி இறக்கி வெந்த பூண்டு பற்களை சாப்பிட்டு பாலை சாப்பிடவும். பிறகு தினமும் இரவு படுக்கும்

சமயம் சாப்பிட 20-நாட்களில் ரத்தக்கொதிப்பு குணமாகும்.

Filaria (யானைக்கால் சுரத்திற்கு)

1. பூண்டு ... 5 பல்
2. மிளகு ... 20 (எண்ணிக்கையில்)
3. எருக்கலைமொட்டு 3(எண்ணிக்கையில்)

இவைகளை வெண்ணெய் போலரைத்து உருண்டைகள் செய்து, உள்ளுக்குக் கொடுத்து பால் அல்லது காபி கொடுக்கவும். சுரம் கண்ட சமயம் தொடர்ந்து மூன்று நாட்களுக்குக் கொடுக்க மறுபடியும் இவ்விஷ சுரம் தலைகாட்டாது. உப்பில்லா பத்தியம் மிக முக்கியம்.

கிராணி அதிசாரத்திற்கு (மலக் கழிச்சல்)

ஒரு தேங்காய் பத்தை, பூண்டுப்பல் 5, இரண்டையும் வெண்ணெய் போலரைத்து பசுவின் பால், அல்லது காபியில் கொடுக்க கிராணி ஒரு வேளையிலேயே குணமாகும். மேலும் 2, 3, வேளைகள் கொடுப்பது நலம்.

வெங்காயம் (மேக நோய்க்கு)

இதில் (Phospherous) நீமுருகல் பாஷாணசத்துள்ளது. உடலிலுள்ள மேகநீரை அகற்றும் வல்லமை பொருந்தியது குழந்தைகள் அஸ்தி உஷ்ணத்தால் மெலிந்து காண்பார்கள், அதற்குக் கணை நோயென்பர்.

1. உரித்த வெங்காயம் முழுசாக 50 கிராம்
2. வெந்தயம் ... 20 "
3. விளக்கெண்ணெய் ... ½ லிட்டர்

விளக்கெண்ணெயில் மேற்படி சரக்குகளையிட்டு அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சி, வெங்காயம்மிதக்கும் அளவில் இறக்கி உடனே வேறு பாத்திரத்திலிடவும். இந்த எண்ணெயை ¼ - தேக்கரண்டியளவு ஒன்றிரண்டு அவுன்ஸ் பசுவின்பாலுடன் கூட்டிக் காலையில் ஒரு வேளை மாத்திரம் 20 - நாட்களுக்குக் கொடுக்க கணைச்சூடு அடங்கி உடல் தேறும்.

குழந்தைகள் இழுப்புக்கு: வெங்காயச்சாறு ஒரு துளி கண்ணில்விட உடனே இழுப்பு நின்றுவிடும்.

தலையில் சொட்டைக்கு

தலை முடி உதிர்ந்து சொட்டையாவதற்கு: வெங்காயத்தை அறுத்து சொட்டையுள்ள இடங்களில் சாறு இறங்கும் படி, பிரதி தினமும் தேய்த்துவர 10, 20, நாட்களில் முடி வளர்த்துவிடும்.

இஞ்சி

"காலையில் இஞ்சி கடும்பகல் சுக்கு
மாலையில் கடுக்காய் மண்டலம் உண்டால்
கோலை ஊன்றிக் குறுகி நடப்பவன்
காலை வீசிக் குலுக்கி நடப்பனே"

—தேரையர்

திபெத் நாட்டில் 180-வயதுள்ள ஒருவரை பிரபல வைத்திய நிபுணர்கள் சந்தித்து அவர் நீடித்த ஆயுளுக்குக் காரணங்களை ஆராய்ச்சி செய்ததில், அவர் காலையில் பிரதி தினமும் நான்கு அவுன்ஸ் இஞ்சிச்சாறு சாப்பிடுவதொன்று தவிர, மற்றபடி அவர் எல்லோரையும்போல சாப்பிடுவதும் தூங்குவதுமாக இருந்தார். அந்நபர் 140-வருடங்களாக இஞ்சிச்சாறு சாப்பிடுவதாகச் சொன்னாராம். ஆகவே பல் துலக்கிக் கொண்டு இஞ்சிச்சாற்றை சாப்பிட்டு வருதல் சாலச் சிறந்தது. இஞ்சித்துண்டு ஒன்றெடுத்து மேல் தோலைப் போக்கி அரைத்து வென்னீரில் கலக்கி வைத்து ஒரு மணி நேரத்திற்குப் பிறகு மேலோடு தண்ணீரை வடித்து எடுத்துக் கொண்டு அந்த நீரில் கொஞ்சம் தேன் சேர்த்து சாப்பிடவும். இது எப்படி ஆயுளைப் பெருக்கு மென்பதற்கு ஆதாரங்களும் காரணங்களும் உள்ளன. அவைகளை எழுதுவதானால் அது ஒரு தனிப் புத்தகமாகி விடும்.

இதனுடைய குணங்களை உலகமக்கள் பயன் பெற வேண்டுமென்றே சித்தர்கள், வீட்டினுள் இதைப் புகுத்தி விட்டனர். இஞ்சிச் சாற்றில் சர்க்கரை கலந்து சர்பத்தாகவும் காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ளலாம்.

தனியா (கொத்தமல்லி விதை)

இது நம் வீட்டு சாம்பார் பொடிக்கு முக்கியமான பொருள். இந்த உலகத்திலேயே ருசிகரமான சாம்பார் பொடி தயாரிப்பு நம் தமிழ்நாட்டில்தான். மிளகாய் ஒரு பங்கு, தனியா ஒரு பங்கு. கொஞ்சம் மிளகு, கடலை பருப்பு ½-பங்கு. கொஞ்சம் வெந்தயம் தனித்தனியே வறுத்து சேர்த்து தூள் செய்து சாம்பாரிலிட மிக்க ருசியாய் இருக்கும்.

பல பிணிகளை நீக்கும் நம் தோட்டத்து
மூலிகைகள் கொத்தமல்லி கீரை

கொத்தமல்லி கீரை, இஞ்சி. எலுமிச்சம் பழரசம் சேர்த்து அரைத்த துவையல், அன்னத்தை ருசியாய் உண்பிக்கும்.

தனியா சாதப் பொடி

1. தனியா 200 கிராம்
2. மிளகாய் வத்றல் 20 கிராம்
3. மிளகு 5 கிராம்
4. துவரம் பருப்பு 100 கிராம்
5. பெருங்காயம் 10 கிராம்
6. உப்பு வேண்டிய அளவு

எல்லாவற்றையும் தனித்தனியே வறுத்துசேர்த்து இடித்துப் பொடி செய்து கொள்ளவும். இந்த முறையை பல வீடுகளில் செய்கிருர்கள். சாதத்துடன் இப்பொடியைக் கூட்டி நெய் சேர்த்துச் சாப்பிட ருசியாகவும் இருக்கும். வயிற்றில் உஷ்ணத்திஞல் முறுக்குவதைப் போன்ற குறிகளை மாற்றி வாயுவைச் சமனப்படுத்தும்.

மசாலா

இது கிராம்பு, பத்திரி, சோம்பு முதலிய வாசனை திரவியங்கள் சேர்ந்தது. பிரியாணி, குர்மா முதலிய சமையல்களில் சேர்க்கப்படுகிறது. இவைகளின் குணங்களை ஒவ்வொன்ருக எடுத்துச் சொல்லப் போனல் பல நாட்களாகும். இவைகளெல்லாம் திரிதோஷத்தைச் சமனப்படுத்தி உடலைத் தேற்றும். சீரண சக்தியை உண்டு பண்ணும். புலால் உண்பவர்கள் இவைகளை முக்கியமாய் சமையலில் சேர்க்கின்றனர். அவ்விதம் சேர்ப்பது மிகவும் நன்று. புலாலில் இருக்கும் பல துர்க்குணங்களையும் இவைகள் அகற்றும்.

(நண்டுவாய்க்காலி விஷத்திற்கு) தேங்காய்

சலமண்டலி என்னும் கொடிய விஷப்பூச்சி அல்லது நண்டுவாய்க்காலி கொட்டி விட்டால்

தேங்காய் பத்தை ஒன்றை தின்னச் செய்ய உடனே விஷம் இறங்கி விடும்.

முன் சொன்ன உப்பு நீரையும் கண்ணில் விடவும்

தடுமனுக்கு தேங்காய் நார் புகை

சளி பிடித்து மூக்கில் தண்ணீர் கொட்டுவதற்கு தேங்காய்நார் புகை பிடித்துப் பாருங்கள். சளி முறிந்து கெட்டிபடும். இப்புகை போடும் இடத்தில் பேய் பிசாசும் சேராதென்பர் பெரியோர்.

பனைவெல்லம் (அரணை விஷத்திற்கு)

அரணை, பல்லி கடித்த விஷத்திற்கு பனை வெல்லம் சாப்பிட விஷமிறங்கும்.

கறிவேப்பிலை

இது இல்லாத சமையலேயில்லை. சாம்பார், ரசம், மோர், கறி இவைகளுக்கு நண்பன். தன் வாசனையைப் பிறருக்குக் கொடுத்து உதவுகிறது. இது பித்தத்தைச் சாந்தப்படுத்தும். மூலக் கொதிப்புள்ளவர்கள் இதை அரைத்து காலை, மாலை ஒரு கோலியளவு மோரில் சாப்பிடவும்.

சாதத்திற்கு கறிவேப்பிலைப் பொடி

1. வறுத்த துவரம் பருப்பு ... லிட்டர் ¼
2. சுக்கு தோல் சீவியது ... கிராம் 10
3. நெய்யில் வறுத்த கறிவேப்பிலை ... கிராம் 50
4. வேண்டிய அளவு உப்பு ...

இத்தனையையும் பொடி செய்து புட்டியிலடைக்கவும். இந்தப் பொடியைச் சாதத்திலிட்டு நெய்

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

விட்டுப் பிசைந்து சாப்பிட மிக ருசியாக இருக்கும். பசியைத் தூண்டும். கல்லீரலில் சேரும் கொழுப்பை அணுகவிடாது. காலைமாலை இரு வேளைகளில் சாதத்துடன் சாப்பிடக் கூடியது.

கறிவேப்பிலை தைலம்

கறிவேப்பிலையை அரைத்து ஒரு வடையைப்போல் தட்டி அரைகிலோ தேங்காயெண்ணெயில் பக்குவமாகக் காய்ச்சி இறக்கி, ஒரு சிட்டிகை பச்சைக் கற்பூரம் பொடி செய்து சேர்த்து சூடு ஆறிய பிறகு புட்டியில் வைக்கவும். இதை முடியில் தேய்த்துவர இளநரை வராது. பித்த கிறு கிறுப்பு முதலியவை குணமாகும்.

சுண்ணாம்பு

பெண்கள் பெரும்பாட்டிற்கு
(உதிரம் கொட்டும் நோய்க்கு)

குன்றியிடை சுண்ணாம்பும், தோட்டத்திலுள்ள துத்தியிலையும் வெண்ணைபோல் அரைத்து ஒரு கோலியளவு உள்ளுக்குக் கொடுக்க 2, 3, வேளைகளில் குணமாகும். இரத்தம் நின்றுவிடும்.

கால்களிலோ வேறு எந்த உடல் பாகத்திலோ வெட்டுக் காயமோ, கல்லடியோ பட்டுவிட்டால் உடனே சுண்ணாம்பும் தேனும் கலந்து வெட்டுண்ட இடத்தில் வைத்துக் கட்டவும். தேன் கிடைக்காவிடில் சுண்ணாம்பும் பனை வெல்லம் அல்லது கரும்பு வெல்லம் சேர்த்துக் குழைத்து வெண்ணெய் பக்குவத்தில் செய்து அடிபட்ட இடத்தில் வைத்துக் கட்டவும். இரும்பினால் காயம் பட்டால் Tetanus என்னும் வியாதி

"Anti Tetanus injection" கொடுக்க வேண்டுமென்ற வேலை சுண்ணாம்பு இருந்தால் வேண்டியதில்லை. "சுண்ணாம்பிலுள்ளது சூக்குமம்' என்பதும் நம் முதியோர் பொன்மொழி. இரும்பு குத்திய இடத்தில் சுண்ணாம்பைத் தடவவும். இரும்பு விஷம் முறியும்.

மூத்திர அடைப்புக்கு

வாழைக் கிழங்கினுள் ஊறும் நீர் அல்லது கிழங்கை இடித்துப் பிழிந்த சாறு 4-அவுன்சில், சுண்ணாம்பு நெல்லிக்காயளவு கலக்கி தெளிந்தபின், தெளிவை காலை, மாலை சாப்பிட மூத்திர அடைப்பு உடனே தீரும்.

உடலில் உண்ணி

இறந்த உண்ணிகள் நெற்றியில், கண், புருவங்கள், கழுத்து முதலிய இடங்களில் வரும். இதற்கு செந்நாயுருவி இலைகள் ஒரு கைப்பிடி. சுண்ணாம்பு சுண்டக்காயளவு, வாஷிங்சோடா குன்றியளவு சேர்த்து அரைத்து மூன்று நாட்கள் தடவ உதிர்ந்து விடும்.

சதகுப்பை [நீராத வார்த்திக்கு]

இந்த அரிய மருந்தை சில வீடுகளில் மாத்திரம் உபயோகிக்கின்றனர். வறுத்து ரசத்தில் சேர்க்கின்றனர். நல்ல மணமுள்ளது. பித்தப்பை கோளாறுகளுக்கு சாலச் சிறந்தது.

ஒரு தேக்கரண்டியளவு சதகுப்பையை, வாசனை கிளம்பும் வரை பொன் வறுவலாய் வறுத்து பக்குவமாய் சட்டியிலேயே கடைந்து 4- கோப்பைகள் தண்ணீர் விட்டு பனங்கற்கண்டு சேர்த்து, ஒரு கோப்பையாக சுண்ட வைத்து 4-மணிக்கொருதரம்,

2- அவுன்ஸ் அளவு கொடுக்க தீராத வாந்தி நிச்சயமாய் குணமாகும். ஒரு வேளை மருந்திலேயே பலருக்கு குணம் கண்டது என் அனுபவம்.

ரத்தம் கட்டியதற்கு [சுளுக்குக்கு]

பழைய துணிக் கந்தையை சுட்டு எடுத்து, கருப்பட்டி என்னும் பனைவெல்லம், சுண்ணாம்பு கொஞ்சம் சேர்த்து மெழுகு பதமாய் அரைத்து வீக்கமுள்ள இடங்களில் போடவும். ஒரே நாளில் குணம் தெரியும். மற்றும் இரண்டொரு முறைகள் போடலாம். கீல் வாதம் கண்ட இடங்களிலும் இம்மெழுகைப் போடலாம்.

பெரும்பாட்டிற்கு (பழைய துணி)

இது பெண்களுக்கு காணும் உதிர நோய். ஒரு முழ அகலம், நீளம், சதுரமாய் பழந்துணி எடுத்து சுட்டு அக்கரியை, இரண்டு அவுன்ஸ் தேன், ஒரு கோழி முட்டை வெண்கருவிட்டு கலக்கி உள்ளுக்கு செலுத்த பெரும்பாடு உடனே குணமாகும்.

பாத வெடிப்பிற்கு

பழந்துணியை சுட்ட சாம்பலை தேங்காயெண்ணெயில் குழைத்து வெடித்த புண்களில் தடவவும்.

தீராத பெரும்பாட்டுக்கு பழைய கம்பளி

பெண்களுக்கு நிற்காமல் உதிரம் போகும். கறுப்பு கம்பளியை சுட்டு அந்தக் கரி 2- சிட்டிகை பனைவெல்லம் 4- மடங்கு சேர்த்தரைத்து கோலியளவு காலை, மாலை கொடுக்கவும். ஒன்றிரண்டு வேளையிலேயே ரத்தப் போக்கு நின்று விடும்.

மற்றொன்று

தொட்டால் சிணுங்கியிலை கைப்பிடி, சீரகம் ½- தேக்கரண்டியளவு வெங்காயம் ஒன்று. இம் மூன்றையும் அரைத்து காலை மாலை மோரில் கொடுக்கவும்.

தீராத விக்கலுக்கு பழைய செருப்பு

தோலினால் செய்யப்பட்ட பழைய செருப்பைச் சுட்டு கரியாக்கி இரண்டு சிட்டிகை தேனில்குழைத்துக் கொடுத்துப் பாருங்கள், வெகு ஆச்சரியம். நோயாளி மருந்து கொடுத்தவனை கடவுளாக நினைப்பான். விக்கல் உடனே நிற்கும்.

அம்மை நோயினால் வரும் ஆராத ரணங்களுக்கு இந்த கரியை தேங்காயெண்ணெயில் குழைத்துத் தடவி வர வெகு சீக்கிரத்தில் புண்கள் ஆறும்.

காமாலைக்கு வேம்பு

இதன் இலை, பட்டை, பூ, காய், கொட்டை, வேர் எல்லாமே மனிதனுக்கு சஞ்சீவி. இதைப் பற்றி எழுதுவதாயின் பல பக்கங்கள் நிரம்பிவிடும்.

குழந்தைகள் கபம், வயிற்றுப் பூச்சிகளுக்கு

வேம்பின் கொழுந்து, மிளகு கொஞ்சம், பூண்டு ஒரு பல் இவைகளை வெண்ணெய் போலரைத்து வெந்நீரில் கலக்கி அடிக்கடி குழந்தைகளுக்கு ஊட்டிட வியாதிகள் குணமாவதுடன் வைசூரி முதலிய வியாதிகள் தாக்காது.

காமாலைக்கு வேம்பின் இலை

வேப்பின் இலையைப் பறித்துத் தண்ணீர் தெளித்து இடித்து சாறு பிழிந்து ½- கோப்பையளவு காலை, மாலை சாப்பிட்டு உப்பில்லா உணவு அருந்த 5-நாட்களில் காமாலை குணமாகும்.

அதேபோல் வேப்பன் கொழுந்து அரைத்து ஒரு கோலியளவு எருமைத் தயிரில் 5-நாட்கள் கொடுக்க காமாலை குணமாகும்.

வேப்பன் இலை, கறிமஞ்சள் இரண்டையும் அரைத்து அம்மைக் கொப்புளங்களில் பூச விரைவில் புண்கள் ஆறும்.

வேம்பின் பட்டை

முற்றிய மரத்தின் பட்டையை நிழலிலுலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து, காலையில் தேக்கரண்டி யளவு பிரதி தினமும் பாலில் சாப்பிட்டு வர, நூறு வயதானாலும் நரம்புகள் தளராது. இது வருடக் கணக்கில் சாப்பிடக் கூடிய எளிய கற்ப மருந்து. பட்டைதானே என்று புறக்கணிப்பவர்கள் பலன் பெறாமல் போவார்கள். இதைத் தவறாது உபயோகி யுங்கள். சர்க்கரை வியாதி (Diabetis)யுள்ளவர்கள் வேப்பம்பட்டை, அத்திப்பட்டை, பூவரசம் பட்டை, சிறு குறிஞ்சான், நாவல் பட்டை எல்லாவற்றையும் நிழலிலுலர்த்தி தனித் தனியே இடித்து சூரணம் செய்து கொண்டு, காலை மாலை தேக்கரண்டியளவு பாலில் சாப்பிடுபவரின் சர்க்கரை வியாதி தீரும்.

வேப்பம் பூ

ஒரு வருடம் பழைய பூவை லேசாக நெய்யில் வறுத்து துவையல் செய்து சாப்பிட பித்தம் தணியும். கண்ணொளி அதிகரிக்கும். வாந்தி, அரோசகம், மலக்கிருமிகள் அகலும்.

முகத்தில் மரு

பச்சைக் கற்பூரத்தில் வேப்பெண்ணெய் விட்ட மெழுதுபோல் செய்து மருவைச் சுற்றிலும் தடவிவிட பழுத்து உடைந்து குணமாகும்.

மற்றொன்று

நம் தோட்டத்திலுள்ள அம்மாம் பச்சரிசி (பெரியது) இலையை அரைத்து 3-நாட்கள் தலையில் தப்பளம் போட காமாலை குணமாகும்.

வாதத்துக்கு முருங்கை

முருங்கைப் பூ

ஒரு கோப்பை பசுவின் பாலில், 30-முருங்கை பூக்களிட்டு நன்றாகக் காய்ச்சி பிரதி இரவு படுக்கும் சமயம் சாப்பிட்டு வர, தாது விருத்தியாகி உடல் வன்மை பெறும்.

முருங்கைப் பிசின்

முருங்கைப் பிசினை நெய்யில் வறுத்து தூள் செய்து கொண்டு, வேளைக்கு ஒரு சிட்டிகை வீதம் நாள் ஒன்றுக்கு 2-வேளைகள் சாப்பிட்டுவர அதிமூத்திரம் குணமாகும். சுக்கிலம் கட்டும்.

முருங்கைப் பட்டை

கீல்வாதம், உடல் வலி முதலியவைகளுக்கு முருங்கைப் பட்டை 30-கிராம் எடுத்து கல்லில் தட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். பூண்டு உரித்தெடுத்த பற்கள்

ஐந்து, கடுகு கால் தேக்கரண்டி அளவு இவை இரண்டையும் அரைத்துக்கொள்ளவும். எல்லாவற்றையும் நான்கு கோப்பைகள் தண்ணீரிலிட்டு அடுப்பேற்றி ஒரு கோப்பை யளவு வற்றவைக்கவும். காலை ½- கோப்பை மாலை ½- கோப்பை உள்ளுக்குச் சாப்பிடவும். இவ்விதம் ஒரு வாரம் சாப்பிட வாத நோய்கள் குணமாகும்.

மேல் பற்று

மேற்படி பட்டை, பூண்டு, கடுகு எல்லாவற்றையும் தண்ணீர்விட்டு வெண்ணெய்போல் அரைத்து கரண்டியில் அல்லது வாணலியிலிட்டு சுடவைத்து கொதி வந்த பின் இறக்கி, வீக்கம் கண்ட இடங்களில் லேபனம் செய்யவும். துணியில் தடவி பிளாஸ்திரி போலவும் போடலாம். போட்ட இடத்தில் எரிச்சல் உண்டானால் லேபனத்தை நீக்கிவிடவும். ஒரு வேளை அந்த இடத்தில் சிறு கொப்பளங்கள் உண்டாகக் கூடும். அவ்விதம் உண்டானால் நம்முடைய நல்ல காலமென்று அறியவும். பயப்படவேண்டாம். அந்த இடங்களிலுள்ள துர்நீர் வெளிப்பட்டு, மூடக்கு வியாதிகள் உள்பட பலவித வீக்கங்கள் சீக்கிரத்தில் குணமாகிவிடும்.

முருங்கைக் கீரை

இதை சாப்பிட்டுவர கண் ஒளியாம். தாது விருத்தியாம். வாயுவையும் கண்டிக்கும்.

தொண்டை கம்மலுக்கு

இதன் இலையை யிடித்து சாறு பிழிந்து கொஞ்சம் சுண்ணாம்பு சேர்த்து தொண்டையின் மேல்புறம் தடவவும். கம்மல் நீங்கும்.

சிறுநீர் இறங்க வாழை

வாழைக் கிழங்கில் ஊறும் ஒரு கோப்பை நீரில், சுண்டைக்காயளவு சுண்ணாம்பு கலந்து உள்ளுக்குக் கொடுக்க நீரடைப்பு தீரும்.

வாழைப் பட்டை

வாழைப் பட்டையை பிழிந்து ஒரு கோப்பை நீரெடுத்து 3- அவுன்ஸ் அளவு, பாம்பு கடித்தவர்களுக்கு 4-மணிக்கொருமுறை கொடுக்க உடனே விஷம் இறங்கும்.

வாழைக்காய்

பெரும்பாடு என்னும் வியாதி சில பெண்களுக்கு நேரிடுவதுண்டு. நிறுத்த முடியாத ரத்தப் போக்கு இருக்கும். இவ்வியாதிக்கு வாழைக்காயை அடுப்பில் சுட்டு, தோலை எடுத்தெறிந்துவிட்டு உள்ளிருக்கும் வெந்த காயை அரைத்து, எருமைத் தயிரில் கலக்கி சாப்பிடச் செய்தால், ஒரே வேளையில் குணமாகும். மற்றும் இரண்டொரு வேளைகள் அதிகமாய்ச் சாப்பிடுவது நல்லது.

வாழைத் தண்டு

மூத்திர அடைப்புள்ளவர்கள், கல்லீரலில் கல்லடைப்பு உள்ளவர்கள் ஷெ. தண்டை பச்சையாகவே சிறு துண்டுகளாக்கித் தயிரில் கலக்கித் தாளித்துத் தயிர் பச்சடியாக உணவில் அடிக்கடி அருந்தவும். ஷெ வியாதிகள் குணமாகும். சிறு கீரையும் அடிக்கடி உபயோகிக்கவும். ஆங்கில மருத்துவத்தில் இந்த சதை அடைப்பை (Prostate Enlargement) என்று சொல்வர்.

சூதக வயிற்று வலிக்கு எருக்கிலை

பெண்களுக்கு பிறவிடை ஆகுங்காலத்தில் தாங்க முடியாத வயிற்றுவலி உண்டாவதுண்டு. அவ்வியாதி உள்ளவரையில் கருத்தரிக்காது. இதற்கு நன்முக பழுத்த மஞ்சள், நிறமுள்ள எருக்கிலை ஒன்று எடுத்து லேசாக அனலில் வதக்கிப் பிழிந்து 5,6, சொட்டுகள் சீனியில் கலந்து பிறவிடையாகும் மூன்று நாட்களும் கொடுத்தால் மறுபிலவிடை காலத்தில் வயிற்று வலி நின்று கர்ப்பமும் தரிக்கும்.

விஷக்கடிகளுக்கு

நாய் முதலிய விஷப் பிராணிகள் கடித்த உடனே எருக்கிலையின் பாலைக்கடிவாயிலடித்தால் விஷமேருது. ஏறிய விஷம் கீழேயிறங்கும்.

ரத்த மூலத்துக்கு குப்பைமேனி

உடலுக்கு மேனியளிக்கும் உயர்ந்த மூலிகை இதை அறியாதவர்கள் வெகு சிலரே இருப்பர். இரத்த மூலத்துக்கு இது ஓர் சிறந்த மூலிகை. காலையில் இதன் இலைகளைப் பறித்து அரைத்து ஒரு கோலியளவு அப்பொழுது கறந்த பசுவின் பாலில் சாப்பிட்டால், அந்த நேரமே இரத்தம் வருவது நின்று விடும். மறுபடியும் பல நாட்களுக்கு இரத்தமோ, கடுப்போ இருக்காது. மறுபடியும் மூல உபத்திரவம் வரும் காலத்தில், அதே விதம் செய்து கொள்ளவும். சேர்ந்தாற்போல் மூன்று நாட்களுக்குச் சாப்பிட சில மாதங்கள்வரை மூலத்தொந்தரவு இருக்காது.

பத்தியம் : மாமிச ஆகாரம் நீக்கவும். இரத்த மூலத்துக்கும மாமிசத்துக்கும் தொடர்பு அதிகம், அறியவும்.

எத்தனை மருந்துகள் சாப்பிடினும் மூலவியாதியுள்ளவர்கள் மாமிசம் சாப்பிடின், மருந்தின் பலன் காண முடியாது. உப்பில்லாப் பத்தியத்துடன் 3 நாட்களுக்கு சாப்பிடின் மூலவியாதி சில வருடங்கள் வரை தலை காட்டாது. கைகண்டது.

வாத சிலேத்தும விஷ சுரத்திற்கு (Malaria)

குப்பைமேனி இலை எண்ணிக்கையில் ஒன்பது, மிளகு ஆறு. இரண்டையும் அரைத்து சாப்பிட்டு உப்பில்லா பத்தியம் ஒரு நாள் இருந்தால் போதும். மறுநாள் முதல் முறைக்காய்ச்சல் வராது. இது கை கண்டது.

சொறி, சிரங்குகளுக்கு மேனித்தைலம் :

1 குப்பைமேனிச்சாறு கிலோ-1
2. தேங்காயெண்ணெய் கிலோ-1

இரண்டையும் கலந்து காய்ச்சவும், சிடுசிடுப்பு நின்றவுடன் இறக்கி, ஒரு தேக்கரண்டி கறிமஞ்சள் தூளிட்டு கலக்கி ஆறியபின் புட்டியிலடைத்து.|சொறி, சிரங்கு, பற்று முதலியவைகளுக்கு மேற்பூச்சு செய்து நன்முக ஊறிய பிறகு. அரப்போ, சிகைக்காயோ கொண்டு தேய்த்துக் குளிக்கவும். செடி வியாதிகள் குணமாகும்.

விஷக்கடிகளுக்கும் அதனுல் வரும் வீக்கங்களுக்கும் :

குப்பைமேனிச் சாற்றையும், சுண்ணாம்பையும் கலந்து விஷம் தீண்டிய இடம் அல்லது வீக்கம் கண்ட இடத்தில் தடவவும் வீக்கம் குறையும். விஷம் இறங்கும்

காமாலைக்கு கீழாநெல்லி

இது காமாலை நீக்கும் ஓர் அரிய மூலிகை. உங்கள் வீட்டைச் சுற்றியுள்ள இம்மூலிகையை விட்டுவிட்டு,

டாக்டர்களை விஞைகச் சுற்றுகிறீர்கள். கீழாநெல்லியை வேருடன் 20-செடிகள் பிடுங்கி இடித்து சாறு பிழிந்து 2-அவுன்ஸ் அளவு எடுத்து அப்பொழுது கறந்த சூட்டுடனுள்ள பசுவின் பாலில் விட்டு உள்ளுக்குக் காலை, மாலை கொடுக்கவும். ஆட்டுப் பாலில் சாப்பிட வெகுவிரைவில் குணமாகும். பசுவின் பாலில் ஏழுநாட்களில் குணமாகும். உப்பில்லாமல் சாப்பிடவும். இது முக்கியம். பால், மோர், தயிர் முதலியன சாப்பிடவும்.

மூத்திர தாரையில் இரத்தம் வருவதற்கு கீழாநெல்லி

இந்த வியாதி பன்னிரண்டு வயதிற்குட்பட்டவர்களுக்கு வருவதுண்டு. வைசூரிகளில் இதுவும் ஒன்று. ஆங்கில மருத்துவர்களுக்குப் புரியாத வியாதிகளில் இதுவும் ஒன்று. இவ்வியாதியை செங்கமாரியென்று நம் நாட்டு மக்கள் சொல்வர். இது ஓர் கொடிய வியாதி.

. கீழாநெல்லியைப் பிடுங்கி அலம்பி இடித்துப் பிழிந்த சாறு ஒரு அவுன்ஸ், அப்பொழுது கறந்த பசுவின் பாலில் விட்டு உள்ளுக்குத் தரவும். இப்படி 45-நாட்களுக்குக் கொடுக்கப் பூரண குணமடையும்.

கீழாநெல்லி சமூலம் நிழலிலுலர்த்தி சூரணம் செய்து தேக்கரண்டியளவு காலை, மாலை பசுவின் பாலில் சாப்பிட மதுமேகம், அதிமூத்திரம் குணமாகும்.

பாம்பு கடிக்கு அறுகம்புல்

நீண்ட நாட்கள் உயிர்வாழவேண்டுமானால், அறுகம்புல் சாப்பிடவும். பிடி புல்லை ஒரு கைப்பிடி எடுத்து தண்ணீரிலிட்டுக் காய்ச்சி அந்த தண்ணீருடன் பால், சீனி சேர்த்து சாப்பிடவும். காப்பி சாப்பிடும் பழக்கமுள்ளவர்கள் காப்பிக்குக் கொதிக்க வைக்கும்

தண்ணீரிலேயே இந்தப் புல்லைப் போட்டுக் காய்ச்சிக் காபி பொடியில் ஊற்றி வடித்துப் பால் சேர்த்து சாப்பிடலாம். சிறுநீர் தடங்கலில்லாமல் இறங்கும். மூத்திரப்பையைப் பலப்படுத்தும்.

விஷத்திற்கு அறுகம்புல்

(பாம்பினால் கடிபட்ட கீரி, இந்த அறுகம்புல் என்னும் சஞ்சீவி மூலிகையில் புரண்டவுடன் பாம்பு விஷம் இறங்கிவிடும்.)

பாம்பு கடித்த இடத்தில் அறுகம்புல்லை அரைத்து வைத்துக் கட்ட விஷமிறங்கிவிடும். கடிபட்டவன் தன் நினைவற்றிருந்தால், பக்கத்திலிருப்பவன் அறுகம்புல்லை மென்று கடிபட்டவன் மூக்கில் ஊதவும். விஷமிறங்கும்.

ரத்தமில்லாத சோகைக்கு

நந்தைச்சூரி இலையை அரைத்து எலுமிச்சம் பழ அளவு பசுவின் பாலில் (காய்ச்சியது) கலக்கி காலை, மாலை ஒரு வாரம் கொடுக்க உடலில் ரத்தம் பரவி சோகை நீங்கும்.

காதில் சீழ் (வலிக்கு)

தேள் கொடுக்கு என்று ஒரு செடியுள்ளது. அதனுடைய பூ தேள்கொடுக்கு போல இருக்கும். இச்செடியின் இலைகளுடன் உப்பு இரண்டு கல் வைத்து கசக்கி இரண்டு சொட்டுகள் காதில் பிழிந்து பஞ்சடைக்கவும். மூன்று நாட்கள் அவ்விதம் செய்ய பூரண குணம்.

பித்தம், கிறு கிறுப்புக்கு

1. நெல்லி முள்ளி—20கிராம்
2. பச்சை பயறு—20கிராம்

நெல்லி முள்ளியை ஒன்றிரண்டாக இடித்துக் கொள்ளவும். பச்சை பயிரை லேசாக வறுத்து ஒன்றிரண்டாய் பொடி செய்து கொள்ளவும்.

இரண்டையும் ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு அதில் ஆறு டம்ளர் தண்ணீரூற்றி, அடுப்பேற்றி காய்ச்சி இரண்டு டம்ளராக வற்றிய பிறகு இறக்கி, மேலிருக்கும் தண்ணீரை வடித்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு டம்ளர், மாலை ஒரு டம்ளர் சாப்பிடவும்.

இப்படி பத்து நாட்கள் சாப்பிட பித்த மயக்கம். கிறுகிறுப்பு தீரும். நாற்பது நாட்கள் சாப்பிட உடல் தேரும்.

சளுப்பு, சீதளத்துக்கு (நாயுருவி)

நாயுருவி இலை 4, 5 குழம்பில் அல்லது ரசத்தில் போட்டு காய்ச்சி. சாதத்துடன் கலந்து சாப்பிட மேற்படி நோய்கள் தீரும்.

மலஜலம் கட்டினால்

1. பழம்புளி............20 கிராம்
2. விளக்கெண்ணை...100 மில்லி

விளக்கெண்ணையில் புளியை அப்படியே போட்டு காய்ச்சி நுரை அடங்கியதும் இறக்கி வடித்து எண்ணையை சாப்பிடவும் மலஜலம் பிரிந்து சுகப்படும்.

கண்ணில் குச்சி—இரும்பு குத்திவிட்டால்

நாயுருவி இலைகள் இருபது எடுத்து இடித்து சன்னமான துணியில் வைத்து முடித்து அப்படியே முறுக்கி 4,5 சொட்டுகள் கண்ணில் பிழியவும். இப்படி

3-நாட்கள் பிழியவும். டாக்டர்களிடம் போய் ATS ஊசி முதலிய தொந்திரவுகள் படவேண்டாம்.

குழந்தைகளுக்கு காதில் சீழ் வருதலுக்கு

1. மூசாம்பரம் என்னும் கரியபோளம் 5 கிராம்
2. கறி மஞ்சள்................................ 5 கிராம்

இரண்டையும் தண்ணீர் விட்டரைத்து 20- மில்லி தண்ணீர் விட்டு கலக்கி சுடவைத்து (கட்டியாகாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்) 4, 5. சொட்டுகள் காதில் இளஞ்சூட்டுடன் விட்டு பஞ்சடைக்கவும். 4, 5, நாட்கள் விடவும்.

(மூசாம்பரம் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்.

வயிற்றுவலி, வாந்தி, பக்க குலைக்கு பெருங்காயம்

ஒரு குண்டுமணி அளவு பெருங்காயத்தை நெய்யில் குழைத்து சாப்பிட்டு, ஒரு கோப்பை வெந்நீர் சாப்பிட உடனே வயிற்று வலி நிற்கும்.

தாய் பால் சுரக்க கீழாநெல்லி

கிழ்க்காய் நெல்லிவேர் 5, 6, எடுத்து பசுவின் பால் விட்டரைத்து, பசுவின் பால் ஒரு கோப்பையி விட்டு காய்ச்சி ஒருவாரம் சாப்பிட பால் சுரக்கும்.

பயித்தியம், மூளை கோளாறுகளுக்கு அகத்திக்கீரை

அரிசி கழுவிய நீர்- ½ லிட்டர் எடுத்து அதில் இரண்டு கைப்பிடி அகத்திக் கீரையை போட்டு, சீரகம் ஒரு தேக்கரண்டியளவு பொடித்து போட்டு, உப்பு இரண்டு கிராம் அதிலிட்டு காய்ச்சி, கீரை நன்கு வெந்த பிறகு வடிகட்டி, தண்ணீரை காலை மாலை ஒரு மண்டலம் கொடுக்கவும். (மண்டலம்—40 நாட்கள்).

சிறு நீரடைத்து விட்டால்

1. வெங்காரம் ... 50-கிராம்
2. எலுமிச்சம் பழச்சார் ... 200- மில்லியளவு

வெங்காரத்தை பொடித்து மண் சட்டியிலிட்டு அடுப்பேற்றி, பழச்சாற்றை கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் விட்டு கிளறிவிட்டுக் கொண்டே இருக்க. வெங்காரம் பொரிந்து போகும். அதில் 2-கிராம் அளவு எடுத்து தண்ணீர் அல்லது சோடாவில் கலந்து சாப்பிட நீர் கட்டு உடைந்து நீர் இறங்கும்.

பெண் மலடுக்கு

கண்ணுப்பிள்ளை என்னும் சிறு பீளை இலை பூவுடன் ஒரு கைபிடி அளவு எடுத்து அரைத்து, பசு வெண்ணெயில் கலந்து காலை வெறும் வயிற்றில் (தூரம் வந்து குளித்த பிறகு) மூன்று நாட்கள் சாப்பிடவும்.

கர்ப்பமுண்டாகும். அந்த மூன்று நாட்களும் அதன் பிறகும் ஒரு மாதம்வரை புலால் (முட்டை உள்பட) சாப்பிடக் கூடாது. மருந்து சாப்பிடும் மூன்று நாட்களும் படுக்கை (ஆண்—பெண் உடலுறவு) கூடாது.

வாய்நாற்றம் போக

வால் மிளகு— 3 கிராம்

திராட்சை— 5 கிராம் (உலர்ந்தது)

வால் மிளகை லேசாக வறுத்துக்கொண்டு ஒன்றிரண்டாய்த் தட்டிக்கொள்ளவும். திராட்சையை நசுக்கிக் கொள்ளவும். இரண்டையும் சேர்த்து ஒரு சட்டியிலிட்டு தண்ணீர் அரைலிட்டர் ஊற்றி, அடுப்

பேற்றி காய்ச்சி பாதியாக சுண்டிய பிறகு இறக்கி வடித்து வைத்துக் கொண்டு காலை பாதி, மாலை பாதி சாப்பிடவும்.

இப்படி ஒரு மண்டலம்(40நாட்கள்) உட்கொள்ள வாய் நாற்றம் போகும்.

ரத்த மூலத்திற்கு நாயுருவி

நாயுருவி இலையை அரைத்து நெல்லிக்காயளவு காலை, மாலை மோரில் கலக்கி சாப்பிடவும். 2- நாட்களில் ரத்தம் நின்றுவிடும்.

கண் படலத்துக்கு

1. நல்லெண்ணெ.........½ லிட்டர்
2. தும்பை பூ............200 (எண்ணிக்கையில்)

பீங்கான் பாத்திரத்தில் எண்ணெயை ஊற்றி, பூவை அதிலிட்டு வெயிலில் பத்து நாட்கள் வைத்தெடுத்து, வடித்து புட்டியிலடைக்கவும். காலை, மாலை 2- சொட்டுகள் கண்களில் விடவும். லேசாக எரியும். தலைவலிக்கும் விடலாம்.

பெரும்பாடு (பெண்கள் உதிரப் போக்கு)

1. கரிய போளம் என்னும் மூசாம்பரம்...........20 கிராம்
2. மிளகாய் வத்தல் விதை....20 கிராம்

இரண்டையும் தண்ணீர் விட்டரைத்து, மிளகளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை 1 மாத்திரை வீதம் தண்ணீருடன் 10, 15 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிடுதல் நல்லது. பெரும்பாடு குணமாகும்.

வயிற்று வலி உடனே நிற்க

எலுமிச்சம் பழம் இரண்டு பிழிந்து வடிகட்டிய சாற்றில், ஒரு கோப்பை தண்ணீர் விட்டு கலக்கி, அதில் அப்பளாகாரம் 2-கிராம் போட பொங்கும். உடனே சாப்பிடவும். வயிற்று வலி நிற்கும்.

முகப்பருவைக் கிள்ளியதால் ஏற்பட்ட வீக்கத்திற்கு

மண்ணெண்ணெய் தடவி மேலே வெற்றிலை வைத்து கட்டவும், சில மணிகளில் குணமாகும்.

சிறுநீரில் ரத்தம் கண்டால்

மாம்பட்டை மேல் பரணியை நீக்கிவிட்டு, உள்ளிருக்கும் பட்டையை 100- கிராம் அளவு எடுத்து, மோர் விட்டிடித்து வடிகட்டி மேலும் ஒரு கோப்பை மோர் விட்டு கலக்கி சாப்பிடவும். ஒரு வாரம் முதல் இரண்டு வாரங்கள் சாப்பிட, நாட்பட்ட ரத்தப் போக்கும் குணமாகும்.

குழந்தைகள் சிரங்கு, புண்கள் ஆற

வெண்ணெய் நெல்லிக்காயளவு காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு வாரம் கொடுக்க குணமாகும். பெரியோர்களும் அளவைக் கூட்டி சாப்பிடலாம்.



அருள்ஜோதி பதிப்பகத்தின்
மற்ற வெளியீடுகள்

சித்தர் கைகண்ட மருந்து	...	20 00
உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து	...	5 00
சித்தர் மருந்து செய்பெரு முறைகள்	...	20 00
நீடூழி வாழ வழி	...	5 00
வாத வைத்தியத்துக்காதி	...	15 00
சித்தர் மெய்ப்பொருள்	...	10 00
அமுத கலசம்	...	20 00
முப்பூகுரு	...	15 00
பதார்த்த குணபோதினி	...	15 00
பொன்மொழிகள் ஆயிரம்	...	15 00
அகத்தியர் அந்தரங்க தீஷாவிதி	...	20 00
அனுபவ சித்த வைத்திய முறைகள்	...	20 00
அகத்தியர் பன்னீராயிரம் தொகுப்பு	...	15 00
வள்ளலார் மறைவு சித்தியா மரணமா?	...	45 00
சரீர தத்துவம் & சாகாக் கலை	...	25 00
கடவுளும் மோட்சமும்	...	20 00
புற்று நோயைக் குணப்படுத்தலாம்	...	40 00
Art of Immortality	...	10 00
The Greatness of Siddha Medicine	...	15 00
Cancer is Curable—All 3 Parts	...	35 00



10, ஜட்ஜ் பங்களா, பாஞ்சாலி அம்மன் கோயில் தெரு
சஞ்சீவி நகர், அரும்பாக்கம், சென்னை-600 106.

Wrapper Printed at Eskay Art Printers, Madras-5
Phone : 844727



உயிர் நீட்டும் மூலிகைகள்



வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமையா
டாக்டர் R.B. ராமமூர்த்தி

அருள்ஜோதி
பதிப்பகம்

உயிர் நீட்டும் மூலிகைகள்

வைத்தியரத்தினம்
நீதிபதி V. பலராமய்யா
டாக்டர் R.B. இராமமூர்த்தி

அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
10, ஜட்ஜ் பங்களா,
பாஞ்சாலி அம்மன் கோயில் தெரு,
சஞ்சீவி நகர், அரும்பாக்கம்,
சென்னை - 600 106.
தொலைபேசி : 422521

முதற்பதிப்பு : 1990
இரண்டாம் பதிப்பு : 1994

விலை ரூ. 15-00

அச்சிட்டோர்
எஸ்கே ஆர்ட் பிரிண்டர்ஸ்,
24, சின்னப்ப ராவுத்தர் தெரு,
திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 5,
போன் : 844727



கடினபத விளக்கம்

ஸ்நிக்தகாரி - வறட்சியகற்றி - Emollient

ரக்தஸ்தம்பனகாரி - குருதிப்போக்கடக்கி - Styptic

முறைவியாதி ரோதி - முறை சுரப்போக்கி - Antipeiodic

ருதுவர்தனகாரி - மாதவிலக்குண்டாக்கி - Emmanagogue

சோபநாசினி - வீக்கம் கரைக்கும் - Deobstruent

சங்கோசனகாரி - சுருங்கச் செய்வது - Astringent

வியாதா பேதகாரி - குணமாக்குவது - Altrative

ஸ்வேதகாரி - வியர்வையுண்டாக்கி - Diaphoretic

அந்தர்ஸ்நிக்தகாரி - எரிச்சலைத் தணிப்பது - Demulcent

பொருளடக்கம்

1. அசுவகந்தி
(Withania somnifera Dunal)

தெலு	:	பென்னேறுகெட்ட	சமஸ்	:	அஸ்வகந்தா
கன்	:	சோகடேபேறு	ஹிந்	:	அக்ரி
மலை	:	அமுக்குறம்	உரு	:	அஸ்கந்

அசுவகந்தி என்னும் அமுக்குராச் செடி கத்தரி இனத்தைச் சார்ந்தது. இது இந்தியா முழுவதும் வளர்கிறது. இதன் வேர்பகுதி அதிக சதைப்பற்றுள்ள கிழங்காக காணப்படும். கிராமங்களில் இதை அமுக்கணாங்கிழங்கு என்பர். இதுவே நாட்டு அமுக்கரா என்பது. சீமை அமுக்கரா W. Coagulans என்ற மற்றொரு வகைச் செடி பஞ்சாப், சிந்து, பலுசிஸ்தான் போன்ற பகுதிகளில் வளர்கிறது. இதன் கிழங்குப் பற்றுள்ள வேர் மெல்லியதாக இருக்கும்.

"கொஞ்சந் துவர்ப்பாங் கொடியகஞ் சூலை யரி
மிஞ்சுகரப் பான்பாண்டு வெப்பதப்பு - விஞ்சி
முசுவுறு தோடமும்போ மோகம் அனலுண்டாம்
அசுவகந்திக் கென்றறி."

இ-ள் : சிறிது துவர்ப்புள்ள அசுவகந்திக் கிழங்கால் சகல தோஷம், சுரம், க்ஷயம், வாயு, வீக்கம், பாண்டு, சூலை, கரப்பான் போகும், பசியுண்டாகும், வீர்ய விர்த்தியாம்.

அமுக்கராக்கிழங்கை சிறுதுண்டுகளாக்கி ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு சரக்கு மூழ்க பசுவின் பால்விட்டு அவித்து பின் நன்கு ரவியில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

இவ்வாறு சுத்தி செய்த அசுவகந்தியை சூரணம் செய்து சமஅளவு சர்க்கரை கூட்டி காலை மாலை 1/2 தேக்கரண்டியளவு பாலுடன் சாப்பிட்டுவர க்ஷயம் (T.B.) குணமாகும். ஆண்மைக் குறைவு உள்ளவர்கள் சாப்பிட்டுவர சக்தி பெருகும். நல்ல பசியெடுக்கும்.

இக்கிழங்கு உஷ்ண வீர்ய சக்தியானதால் பசுவின்பால் தாராளமாக சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதன் சிவந்த நிறமுடைய விதைகளுக்கு வசிய சக்தியுள்ளதாக பழம் நூல்கள் கூறுகின்றன. இக்கிழங்கினால் வாத நோய்கள் முதியோர்களின் உடல் தளர்ச்சி, படுக்கையில் சிறுநீர் கழிக்கும் நிலை இவைகளைப் போக்கும். மேலும் இக்கிழங்கை அரைத்து வீக்கம், கட்டி இவைகளின் மேல் பற்றிட குணமாகும். இச்செடியின் இலைகளால் செய்த கியாழம் சுரத்தை போக்கும். இதன் பழங்களைத் தின்ன சிறுநீர் பெருகும்.

பொதுவாக இக்கிழங்கானது காமத்தைத் தூண்டும்; வீக்கங்கரைக்கும்; பலம் கொடுக்கும்; சிறுநீர் பெருக்கும்; நோய்களை சமனப்படுத்தும் குணங்களைப் பெற்றது.

பசியைத் தூண்டி உடல் சக்தியை பெருக்க தற்காலத்தில் சித்த ஆயுர்வேத முறைகளில் தயார் செய்யும் 'அசுவகந்தி லேகியம்' பலர் உண்டு பயனடைவது யாவரும் அறிந்ததே.

2. அரசு
(Ficus religiosa Linn)

தெலு	:	ரவிச்செட்டு.	சமஸ்	:	அஸ்வதா
கன்	:	பிம்பாலா.	ஹிந்	:	பிபோல்.
மலை	:	ரவியால்	உரு	:	பீபுல்பாரஸ்

ஒரு மரத்தின் பெயரே அரசு என்றால் அதன் மகிமை சொல்லிலடங்கா. அரசமரம் நூற்றுக்கணக்கான ஆண்டுகள் வாழக்கூடியது. இது சிவனின் அம்சம். வேம்பு சக்தியின் அம்சம். முன்னோர் இவற்றை இணைத்து வளர்த்து அதை சுற்றி வரச் செய்து அங்கு வியாபித்துள்ள காற்றை நுகர்ந்து சகல தோஷங்களும் நீங்கப் பெற்று வாழ்ந்தனர். மணமக்கள் வாழ்வை துவங்க மணப்பந்தலில் முதலில் காப்புக்கட்டி

கொள்வது அரசின் கால்தான்; 'அரசைச் சுற்றி அடி வயிற்றைத் தொடு' என்பது பழமொழி.

"அரசும் வேர் மேல்விரணை மாற்றுமவ் வித்து
வெருவருஞ் சுக்கில நோய் வீட்டுங் - குரல்வரளுந்
தாகமொழிக்குங்கொழுந்து தாதுதரும் வெப்பகற்றும்
வேகமும் தோஷம் போக்கும் மெய்."

இ-ள் : அரச மரத்தின் வேர்ப்பட்டை சரும விரணங்களையும், விதையானது விந்தில் ஏற்பட்ட கெடுதிகளையும், கொழுந்து கடுந்தாகத்தையும், பூவின் மகரந்தம் தேக வெப்பத்தையும் மாற்றும். மற்றும் பொதுவாக முக்குற்றங்களையும் நீக்கும்.

அரசமரத்தின் பட்டையை புரணிநீக்கி நன்றாக இடித்து தென்னங்கள்ளை சரக்கு மூழ்க விட்டு ஒருவாரம் வரை சூரியபுடம் வைத்தெடுத்து புற்றுநோய் புண்களின் மேல் இச்சுரசத்தை பஞ்சில் நனைத்து போட்டுவர விரைவில் ஆறும்.

அரசின் கொழுந்திலையை இராஜ மூலிகை என சாஸ்திரங்களில் கூறப்பட்டுள்ளது. இதன் துளிர் இலைச் சாற்றில் பாதரசம் கட்டும்.

இரும்பு வாணலியை வெண்மையாய் தேய்த்து அதில் 50 கிராம் பாதரசம் விட்டு சரக்கு மூழ்க கொழுந்தின் சாறு விட்டு தீபாக்கினியாக எரிக்கவும். சாறு முழுதும் வற்றும்முன் இறக்கி ஆறவிடவும். பின்பு மறுநாள் இதேபோல சாறுவிட்டு எரிக்கவும். இவ்வாறு 40 நாட்கள் செய்ய இரசமானது அட்டை போல் கட்டியிருக்கும் இதை உருக்கி மணி செய்துக் கொள்ளலாம். இது வெள்ளியைக் காட்டிலும் பிரகாசமாயிருக்கும்.

இந்தக் கட்டின இரசத்தை செந்தூரித்து உள்ளுக்கு கொடுக்க விந்து பெருகி கட்டும். எந்த மூலிகை இரசத்தை கட்டுமோ அது நம் உடலை இறுகச் செய்து ஆயுளை நீட்டும் என்பதை குறிப்பாக அறியவும்.

மேற்படி கொழுந்தை நிழலில் உலர்த்தி சமனளவு நிலப்பனங்கிழங்கு சேர்த்து பொடித்து சர்க்கரைக்கூட்டி காலை - மாலை ½ தேக்கரண்டியளவு உட்கொண்டு பசும்பால் அருந்திவர உடல் வலுக்கும். உயிரை நீட்டும். இது பொதுவாக மலகாரி: துவர்ப்பு குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

3. அவுரி (இதுவே, நீலி)
(Indigofera tinctoria Linn)

தெலு	:	நீலி	சமஸ்	:	நீலினி
கன்	:	நீலிகிடா	ஹிந்	:	நீல்காபெர்
மலை	:	நீலம்	உரு	:	நாபாதுல் நீலஜ்

அவுரி எங்கும் கிடைக்கும் செடியினம். வண்ணான் அவுரி என்ற பெயரும் உண்டு. இதன் இலைரசம் நீலநிறம் கொண்டது. முற்காலத்தில் துணிக்கு சாயமேற்ற இதில் பூநீலம் எடுத்தார்கள். தற்காலத்தில் விளை நிலங்களில் பயிரிட்டு அப்படியே உழுது பசுந்தாள் உரமாக பயன்படுத்துகின்றனர். விஷத் தாவரங்களினால் ஏற்படும் 18 விதமான விஷங்களையும், போக்கிவிடும் என்பதால் நிலத்துக்கும், பயிருக்கும், மனிதர்களுக்கும் எவ்வளவு பயனளிக்கும் என்பதை எண்ணிப் பார்க்க வேண்டும்.

தற்காலத்தில் பிரசித்தி பெற்ற முடிவளர்த் தைலமான நீலி பிரங்காமலகத் தைலம் என்பது நீலி - அவுரி, பிரிங்கம் - கரிசாலை, ஆமலகம் - நெல்லிக்காய் இவைகளின் கூட்டேயாகும். காந்தாரம், குத்துக்கால் சம்மட்டி ஆகிய மூலிகைகளும் இவ்வினத்தை சேர்ந்ததேயாம்.

"சந்நி பதின்மூன்றுஞ் சந்தொடித்த வாதமுத
லுன்னு விஷக்கடியு மோடுங்காண் - மின்னுங்
கவுரிநிற முண்டாகுங் காசினியுளோ நல்
லவுரி யிலையா லறி."

இ-ள் : அவுரி இலையால் பதின்மூன்று விதமான சந்நி நோய்களும், கீல்வாதமும், சர்ப விஷமும் போகும். மற்றும் இதை நீடித்து உண்பவர்களின் உடல் பொன்மேனியாகும் என்பதாம்.

மேனியின் நிறத்தை மாற்றும் சக்தி மூலிகைக்கேயாம்.

மேலும் அவுரி வேரினால் சர்வ விஷம், வயிற்றுவலி, வெள்ளைபடுதல், உதிரப்போக்கு, அம்மை நோய், காக்கை வலி, மஞ்சட் காமாலை ஆகியவை குணமாகும்.

காட்டவுரி I.Articulata என்ற இனத்தின் விதைகள் வயிற்றிலுள்ள புழுக்களை வெளியேற்றும்.

அவுரி இலையுடன் சமனளவு சிறு தும்பை இலையையும் சேர்த்து இதன் எடைக்கு 20ல் 1 பங்கு மிளகுத்தூள் சேர்த்து அரைத்து சுண்டைக்காயளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி புட்டியிலடைத்து வைக்கவும்.

எந்த விஷப்பாம்பு தீண்டினாலும் 1 மணிக்கொருதரம் ஒரு மாத்திரை பசும்பால் அல்லது வென்னீரில் கொடுத்துவர மூன்று மணிக்குள் விஷம் இறங்கிவிடும்.

விஷமேறி மயக்கநிலையிலிருப்பின் அறுகம்புல்லை நாம் மென்று வாயிலடக்கிக் கொண்டு கடித்த பக்கத்துக்கு எதிர் பக்க காதில் ஊதினால் அவன் விழித்தெழுவான். பிறகு மேற்படி மாத்திரைகள் கொடுக்கவும். இதே மாதிரி தேள் கடிக்கும் செய்யலாம். அனுபவித்தது.

அவுரியானது ஆரோக்கியம் கொடுக்கும். நாடி நடையை அதிகப்படுத்தும். மலச் சிக்கலை நீக்கும். விஷங்களை கொல்லும் குணங்களைக் கொண்டது.

4. அறுகம்புல்
(Cynodon dactylon Pers)

தெலு	:	காரிகா.	சமஸ்	:	தூர்வா
கன்	:	காரிகே.	ஹிந்	:	ஹரியாலி.
மலை	:	கருக்காப்புல்ல	உரு	:	துபா

"கருப்பை உயிர்க்கெல்லாம் புல்லுணவூட்டி புறந்திடும் ஈசன்" என்ற பாடல் வரிகளை எண்ணும்போது, இறைவன் நமக்கு புல்லினமாகிய நெல்லையே உணவாக மேற் கொள்ளும்படி கட்டளை பிறப்பித்துள்ளான் என்பது உறுதி.

"புல்லாகி பூடாகி புழுவாகி மரமாகி பல்விருகமாகி பறவையாய்ப் பாம்பாகி மனிதராய்" என்ற திருவாசக மொழியிலிருந்து இறைவன் படைப்பில் முதன்மை பெருவது இந்த அருகம்புல்லே. அதனால் தான் முதற்கடவுளான கணபதிக்கு முதற்படைப்பான அறுகை அணிவிக்கின்றனரோ? இதை சாகா மூலி என்று சித்தர்கள் கூறுகின்றனர்.

"அறுகம்புல் வாதபித்த ஐயமோ டீளை
சிறுக வறுக்கு மின்னுஞ்செப்பி - லறிவுதருங்
கண்ணோயொருதலை நோய், காண்புகையிரத்தபித்தம்
முண்ணோ யொழிக்கு முறை."

இ-ள் : அறுகம்புல்லினால் முக்குற்றம் எனப்படும் வாத பித்த சிலேத்துமத்தினால் ஏற்படும் மாற்றங்கள் இரத்த வாந்தி, கோழைக்கட்டு, கண் நோய், கண் புகைச்சல், கபால நோய் இவைகளை நீக்கி நல்ல அறிவு தரும் என்பதாகும்.

அறுகம்புல்லுக்கு சஞ்சிவியென்னும் சிறப்புப் பெயர் உண்டு. இதனுடைய வேர் பூமிக்கடியில் 6 அடி ஆழத்திற்கு போகக் கூடியது. பல வருடங்கள் சேர்ந்தார்போல் மழையில்லாவிட்டாலும் அதனுடைய வேர் சாவதில்லை. புல்லே கண்ணுக்கு தெரியாத அளவில் இருப்பினும் ஒரு நாள் மழைத்

துளிகள் விழின் மறுநாள் பச்சை பசேலென்று இது காட்சியளிக்கும். இதனால்தான் இதற்கு சாகாமூலி என்று பெயரிட்டனர்.

சாகா மூலியை சாப்பிடின் நமக்கு எப்படி சாவு விரைவில் வரும்?

பூமியினில் 4 அடி முதல் 6 அடி ஆழத்திலுள்ள அறுகம் வேர்களையே தோண்டி எடுக்க வேண்டும். இவ்வித வேர்கள் சில இடங்களில்தான் கிடைக்கும். இராமநாதபுரம் மாவட்டத்தில் நான் இவ்வித வேர்களை எடுத்துள்ளேன். இதையெடுத்து கணுக்களை வெட்டி நீக்கி நிழலில் உலர்த்தி பொடி செய்து சமனளவு சர்க்கரை சேர்த்து காலை மாலை தேக்கரண்டியளவு சாப்பிட்டு காய்ச்சிய பசுவின் பால் சாப்பிட்டுவர உடல் இருகி உயிர் வளரும்.

இதை பத்திய விதிப்படி பிரயோகித்தால் 200 வருடங்கள் உயிர் வாழலாம். இது சாத்திர சம்மதம்.

சில வருடங்கள் வரை நம் மூதாதையர் திருமண காலங்களில் மாப்பிள்ளை, பெண்ணுக்கு நலங்கு வைக்கும் சமயம் நல்லெண்ணையில் அறுகம்புல்லை தோய்த்து தோய்த்து அவர்கள் உச்சந்தலையில் தடவுவர். நாகரீகம் என்ற பெயரால் நல்லதெல்லாம் மறைந்து போயிற்று.

அறுகம்புல்லை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி பீங்கான் பாத்திரத்திலிட்டு சரக்கு மூழ்க சுத்தமான நல்லெண்ணைவிட்டு சூரிய வெப்பத்தில் ஒரு வாரம் வைத்தெடுத்து பத்திரப் படுத்தவும். இத்தைலத்தை வாரம் ஒருமுறை தலையில் தேய்த்து, கண்களுக்கும் சிறுதுளிகள் விட்டு வென்னீரில் குளித்து வரவும். இதனால் கண்கள் பிரகாசமடைவதுடன் சரும நோய்கள் எல்லாம் திரும்.

விஷப்பாம்பு திண்டிய கடிவாயில் அறுகம்புல்லை அரைத்துக்கட்ட விஷம் முறியும். உள்ளுக்கும் கொடுக்கலாம்.

மேலும் அறுகம்புல் வலிப்பு நோய், தூக்கமின்மை, மகோதரம், ஆராத மேக ரணங்கள், நீடித்த பேதி, சீதபேதி வெட்டு காயங்கள், ரத்தமூலம் இவைகளை குணப்படுத்தும். பொதுவாக இதற்கு ஸ்நிக்தகாரி, துவர்ப்பி சிறுநீர் பெருக்கி, ரத்தஸ்தம்வனகாரி குணங்களுண்டு.

5. ஆடுதீண்டாப்பாளை
(Aristolochia Bracteata Retz)

தெலு	:	கடாபாரா.	சமஸ்	:	அஜஸ்புரிஷா
கன்	:	கன்னஜாலிவுல்லு	ஹிந்	:	கந்தன்
மலை	:	ஆடுதிண்டாபாளா	உரு	:	கிராமார்

இதை மறியுணா மூலி, புழுக்கொல்லி, ஆடுதின்னா பாளை, ஆடுதொடா மூலி, பங்கம்பாளை என்றும் கூறுவதுண்டு.

இது ஏரிக்கரைகளிலும், கரிசல் நிலங்களிலும் வெகுவாக வளரும் சிறிய குத்துக் கொடியினம். சிவப்பும் கருநீல நிறமும் கொண்ட பெரிய புழுக்கள் இச் செடிகளில் வாசம் செய்யும். ஈச்சுர மூலியும் இதன் இனமே.

இதன் வேரை விஷம் தீண்டியவர்களை மென்று தின்னச் செய்து அவர்களுக்கு ஏற்படும் ருசி மாற்றங்களைக் கொண்டு எந்தவகைப் பாம்பு கடித்துள்ளது எனக் கூறலாம் என "விஷ ஆருடம்" என்ற நூல் கூறுகிறது. எருக்கிலை உட்பட அனைத்து தாவரங்களையும் தின்னும் ஆடு இதனை நெருங்காது.

"ஆடுதொடாப் பாளைக் ககக்கிருமி வன்சிலந்தி
நீடுகருங் குஷ்டம் நிரைகரப்பான் - ஆடிடச்செய்
யெண்பது வாய்வு மிகில் குஷ்ட முந்திருந்
தின்பெறுநற் றாதுவுமாய் செப்பு."

இ-ள் : இதன் இலைச் சூரணத்தினால் வயிற்றிலுள்ள எல்லாக் கிருமிகள் சிலந்தியினால் ஏற்பட்ட விஷம், கரப்பன், குஷ்டம், கருங்குஷ்டம், சர்வ வாத ரோகங்கள் தீரும். மற்றும் இதன் விதைகளால் தாதுவிருத்தி ஏற்படும் என்பதாம்.

மேலும் இதன் இலை சூதக வாயுவை போக்கவும், பிரசவத்தை எளிதாக்கவும், தீராத வலிகளை போக்கவும் கொடுத்து அனுபவிக்கப்பட்டுள்ளது.

அகத்தியர் கௌமதி நூல் 400ல் கூறியபடி ஆ.தி.பா. இலைச் சாறுடன் சமஅளவு நல்லெண்ணெய் சேர்த்து முறைப்படி காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொண்டு தினம் காலை ஒரு வேளை உச்சிக் கரண்டியளவு 40 நாட்கள் சாப்பிட குஷ்டம் மற்றும் தீராத சரும நோய்கள் தீரும். இச்சா பத்தியமிருக்கவும். இந்த எண்ணெயை ருதுவாகாத பெண்களுக்கு **20** நாட்கள் கொடுக்க ருது உண்டாக்கும். கர்ப்பப்பையினுள் உண்டாகும் Fibroid என்ற சதை வளர்ச்சி கறையும்.

ஆ.தி. பாளையானது பொதுவாக புழுக்கொல்லி பிரசவகாரி, முறை வியாதிரோதி ருதுவர்தனகாரி ஆகிய குணங்களைக் கொண்டது.

"நாகரச கந்தகம் ஏமரசமர்த்தனம்
நானாட்டும் பாம்பெல்லாம் கொம்பேரி மூக்கன்
ஆடுதின்னாப்பாளை அறுத்திகிட்டதாம் கழுதை
எடுத்துக்கிட்டதாம் ஓட்டம் ஓட்டம்."

விளையாட்டு சித்தர் பாடல்.

இ-ள் : நாகம் ரசம் கந்தகத்தை ஆ.தி.பா இலையின் ரசத்தால் அரைத்துச் செப்புத் தகட்டுக்கு கவசம் செய்து புடமிட தாமிரத்திலுள்ள கழுதை என்ற களிம்பு நீங்கும் என்பதாம்.

6. ஈச்சுரமூலி

(Aristolochia bracteata Retz)

இதற்கு பெருங்கிழங்கு, பெருமருந்து, தலைச்சுருளி, தராசுக்கொடி என்ற பெயர்களும் உண்டு.

தெலு	:	கோவிலா	சமஸ்	:	ஈஸ்வரி
கன்	:	ஈஸ்வரா	ஹிந்	:	ஈசர்மூல்
மலை	:	காராலேகம்	உரு	:	ஈசர்மூல்கஜார்

இது புதர் காடுகளில் வளரும். பல்லாண்டுகள் வாழும் கொடியினம். இதன் இலைகளில் சக்திவாய்ந்த தனிமணம் வீசும். இது புற்று நோய் தீர்க்கும் மூலிகைகளில் ஒன்று. ரோம, யவனர் காலத்திலேயே புற்றுநோய்க்கு இதை பயன்படுத்தியதாக நூல்களில் காணப்படுகின்றன.

"திரிதோஷம் வெப்புசிரங்குசொறி நஞ்சோ
டரிதேமல் வன்புடைய மண்டா - தொருவா
னருமருந்தை யொத்த வணங்கே யுலகிற்
பெரு மருந்தை நியெடுத்த பின்."

இ-ள் : இது வாத பித்த சிலேத்துமத்தால் ஏற்படும் குற்றங்கள், சுரம், நமைக்கிரந்தி, எல்லாவிஷங்கள், தினவுத் தேமல், மேகப்படை ஆகியவற்றிற்கு அரிய மருந்தாகும் என்பதாம்.

மற்றும் இதனால் செம்பு பற்பமாகும் என்றும் நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

டாக்டர்களால் கண்டுகொள்ள முடியாத தீராத பல நோய்கள் ஈச்சுர மூலியால் தீர்த்துக் கொள்ளலாம். இதன் வேரை தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு முப்பு போல் எல்லா மருந்துகளிலும் சிறிது கலந்து வைத்துக் கொண்டால் மருந்தின் வீர்யம் அதிகமாகும். இதன் இலைகளை தின்பவர்களுக்கு புற்றுநோய், மது மேகம் வராது.

பழங்காலத்திலிருந்தே கால்நடைகளுக்கு பெரிய மருந்தாக பயன்படுத்தினர். இப்பொழுதும் கிராமங்களில் நோய் வாய்ப்பட்ட மாடு, பசு முதலியவற்றின் கழுத்தில் இந்தக் கொடியை சுற்றி வைக்கின்றனர். இவ்விலைகளில் வரும் ஓர் அலாதியான வாசனையை நுகருவதினாலேயே கண்டு கொள்ள முடியாத அதன் நோய்கள் தீருகின்றன.

என்னிடம் (பலராமையா) உள்ள பசுமாடுகளுக்கு கால்நடை மருத்துவம் பயின்ற டாக்டர்களுக்கும் தீர்க்க முடியாத நோய்களை நான் இக்கொடியை சுற்றியே குணப் படுத்தியுள்ளேன்.

இவ்விலைச் சாற்றுடன் தேன் கலந்து தேக்கரண்டியளவு கொடுக்க குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் ஜன்னிபாதசுரம், இழுப்பு, அள்ளுமாந்தம் உடனே குணமாகும்.

1955ம் வருடம் நான் (பலராமையா) திண்டுக்கல்லின் நீதிபதியாயுள்ள போது 85 வயதுடைய ஓர் பிராமணப் பெரியார் தன் வீட்டிற்கு அழைத்துக் கொண்டு போய் ஓர் பழைய ஓலைச் சுவடி எடுத்து, என்னிடம் ஓர் பேப்பர்கொடுத்து தான் ஓலை சுவடியிலிருந்து படிப்பதை எழுதிக் கொள்ளும்படி சொன்னார். அச்சுவடி கனமாகயில்லாவிட்டாலும் அதில் கற்ப மூலிகைகள் பற்றியே உள்ளன என அறிந்தேன்.

முதலில் ஈச்சுர மூலி பற்றி படித்தார். ஈச்சுரமூலியின் இலைகளை நிழலில் உலர்த்தி சூரணம் செய்து நெய் சட்டியில் போட்டு ஏடுகட்டி (அக்காலத்தில் வெண்ணையை சட்டியில் காய்ச்சி அந்நெய்யை மண் குடுவையில் பத்திரப் படுத்துவது வழக்கம். வெண்ணை காய்ச்சும் சட்டியே நெய் சட்டியாகும்).

20 நாட்கள் சென்ற பிறகு எடுத்து வெருகடி (1/2 தேக்கரண்டி) அளவு காலை - மாலை காய்ச்சிய பசும்பாலில் சாப்பிடவேண்டும். பிறகு 20 நாட்கள் பசும் நெய்யில் முன்போல் சாப்பிடவேண்டும். பிறகு சுத்தமான தேனில் 20 நாட்களும்

அதன் பிறகு நெய்யும் தேனும் கூட்டி 20 நாட்கள் சாப்பிட உடலிலுள்ள சர்வரோகங்களும் தீர்ந்து 200 வருடங்கள் உயிர் வாழ்வோர் என்றிருந்தது.

ஆனால் பத்தியம் கடுமை. அதாவது பழங்கள் பால் சாதம், பச்சரிசி பொங்கல் காய்கறிகள் உப்பில்லாமல் வேகவைத்து சாப்பிடவேண்டும். கிழங்குவகை, முட்டை உட்பட புலாலுணவு கண்டிப்பாகக் கூடாது.

நீங்களும் மேற்படி சூரணம் சாப்பிடுங்கள் இருநூறில் பாதியாவது சுகமாய் உயிர் வாழலாமே! கலியுகத்தை சீக்கிரம் முடிக்க நம் சமுதாயத்தின் மாற்றங்களை பார்த்து ரசிக்கலாமே !

மேற்சொன்ன பெரியார் உடற்கட்டை பார்க்க இன்னும் எனக்கு ஆவல்தான்! அவர் எங்கிருக்கிறாரோ? நான் (பலராமையா) முன்பு கூறியது போல எந்த மூலிகை ரசபாடாணங்களைக் கட்டுமோ அது நம் உடலையும் கட்டும் என்பதாம்.

I. இலிங்கக்கட்டு

மேற்படி இலைச்சாற்றில் 25 கிராம் இலிங்கத்தை 10 நாட்கள் வரை ஊற வைக்கவும். பின்பு எடுத்து அதன் மேல் கட்டியான ஷி சாற்றை கவசித்து ஒரு அகலில் வைத்து கரியடுப்பில் வைத்து புரட்டிக் கொண்டே வர லிங்கம் கட்டிப் போகும். உருகாது நெருப்பிற்கு நிற்கும்.

II. இலிங்க மெழுகு

மேற்படி மூலிகையின் வேரால் இலிங்கம் மெழுகாகும். 25 கிராம் இலிங்கத்தை தூள் செய்து அதில் மேற்படி இலைச் சாறு விட்டு பிசிறி மண் அகலில் போட்டு கரியடுப்பின் மேலேற்றி சிறுதியில் மேற்படி வேறினால் லிங்கத் தூளை இண்டிவர லிங்கம் மெழுகாகும். இம்மெழுகை கடுகளவு

சாப்பிட்டால் உடல் வலுக்கும். விந்து கட்டும். இதைக் கொண்டு ரசவாதம் செய்வோரும் உண்டு. வாயை பிளந்துக் கொள்ளாதீர்கள். நமக்கு ஏன் அந்த வேலை!

இந்த மெழுகில் கடுகளவு எடுத்து திரிகடுகு சேர்த்து தேனில் குழைத்து நோய்வாய்ப்பட்டவர்களுக்கு கொடுத்து வர பக்கவாதம், திமிர்வாதம், நபும்சகம், 13வகை சன்னிகள், சுரங்கள், கீல்வாதம் முதலிய கொடிய நோய்கள் குணமாகும்; நிறைய பணம் சம்பாதித்து தரும், ரசவாதம் எதற்கப்பா?

பொதுவாக இத்தாவரத்திலுள்ள Aristolochine என்ற அமிலம் தீராத புண்களை குணமாக்கும் ஆற்றல் உடையதால் Adenocorcinoma என்ற புற்று நோயை தீர்க்கவல்லதாய் உள்ளது.

7. ஓரிதழ்தாமரை

(Hybanthus enneaspermus Syn)

தெலு :	ரத்னாயுரஷரி.	சமஸ் :	சூர்யகாந்தி.
கன் :	சூர்யகாந்தி.	ஹிந் :	ரத்தினபுருஷ்.
மலை :	ஓரிதழ்தாமரா	உரு :	ரத்தன்புருஷ்

இது நிலத்தையொட்டி வளரும் பூண்டு (சிறிய செடி) இனமாகும். எங்கும் காணலாம். சுமார் 6 அங்குலம் உயரம் வரை வளரும். இது தன் பெயருக்கேற்றாற்போல் செந் தாமரையின் ஒரே இதழ் கொண்டது போல் இதன் பூ அமைந்திருக்கும்.

இதை ஒரு சிலர் ஓரிலைத் தாமரை என்று தவறாக கூறுகின்றனர். கேரளத்தில் கண்ணனூர் ஏழுமலைத் தொடரில் காணப்படும் தாமரைப்போல் பூவும் ஒரே இலையும் கொண்ட சிறிய செடியே ஓரிலைத் தாமரையாகும் என்று வைத்திய வித்வன்மணி சி. கண்ணுசாமிப்பிள்ளை தனது நூலில்

குறிப்பிட்டுள்ளார். இதனால் சோற்றுப்பு கட்டும் என நூல்கள் கூறுகின்றன.

"தாதுவையுண்டாக்குந் தனிமேகந் தொலைக்கு
மாதரவர் மேனிக்கழகுதருஞ் - சீதம் போஞ்
சீரிதழ்த் தாமரைவாழ் செய்ய மடலனமே
ஓரிதழ் தாமரையை யுண்."

இ-ள் : இச்செடியால் ஆண்களுக்கு தாதுவிருத்தியும், பெண்களுக்கு அழகையும் உண்டாக்கும், மற்றும் இதனால் சீதகிரகணி, வெள்ளை, வெட்டை நீர் சுருக்கு, நீர் எரிச்சல் தீரும் என்பதால் நித்திரையில் அடிக்கடி ஏற்படும் விந்து ஸ்கலிதம் நிற்கும்.

குறிப்பு : இச்செடி சமூலமாக பயன்படுத்த வேண்டும்.

இளமையில் சுய இன்பம் மற்றும் பிஞ்சில் பழுத்து ஜ்ஞானேந்திரிய உறுப்புகள் தளர்ந்து போனவர்களுக்கு இது ஓர் வரப்பிரசாதம்.

"காளை வயதில் கெட்டவனும்
ஓரிதழ்தாமரை கண்டவுடன்
நாளைக்கே செய் மணம் என்பான்
நலிந்தோர்க்கெல்லாம் நண்பனடா!"

இதற்கு விளக்கம் தேவையில்லை. நம்மவர்கள் பரம்பரையாக ஆண்டு அனுபவித்து வரும்; நம் தோட்டங்களில் காணும் ஓரிதழ் தாமரையை வேருடன் பிடுங்கி நிழலில் உலர்த்தி பொடித்து சர்க்கரை சேர்த்து காலை மாலை ½ தேக்கரண்டி பாலுடன் சாப்பிட்டுவர மேற்சொன்னவை எல்லாம் தீரும். இந்த சூரணத்தை லேகியங்களில் சேர்த்து உண்ணலாம்.

இம் மூலிகை நாட்டு மருந்து கடைகளில் ரத்தினபுருஷ் என்ற பெயரில் ஏராளமாய் விற்கப்படுகிறது. காலடியில் தட்டுப்படும் பூண்டுகளை விட்டு விட்டு பெரிய மரங்களைத் தேடி அலைவானேன்?

இது உடலுரமாக்கி இச்சை பெருக்கும் குணங்கள் கொண்டது.

8. கடுக்காய்
(Terminalia chebula Retz)

இதற்கு ஐம்பதிற்கும் மேற்பட்ட வேறு பெயர்கள் உண்டு. அவற்றில் சில அபையன், அமுதம், அரிதகி, சிலா, தேவி, வரிக்காய், வனதுர்க்கு, ஜீவநதி, விசயன், ரோகிணி, பிருதிவி, திருவிருத்தி என்பன.

தெலு	:	காரக்காய	சமஸ்	:	ஹரிதகி.
கன்	:	அளிலே காயி.	ஹிந்	:	ஹரீர்
மலை	:	கடுக்கா	உரு	:	கார்டு

கடுக்காய் மரம் 100 அடி உயரம் வரை வளரக்கூடியது. இந்தியக் காடுகளில் ஆங்காங்கு வளர்கிறது.

ஆறு சுவைகள் உள்ள ஒரே கனி கடுக்காயாகும். இதன் குணங்களை எழுத ஏடு போதாது. ஒரு சித்தர் பெற்ற தாயையும்; கடுக்காயையும் சமமாகப் பாவித்து பின் தாயினும் சிறந்தது கடுக்காய் என்கிறார். தாய் நமக்கு அறுசுவை உணவு ஊட்டி நம் உடலை வளர்ப்பாளாம். ஆனால் கடுக்காயோ அறு சுவையான கனி கொடுத்து நோயை நீக்கி நம் உடலை தேற்றுமாம். என்ன அற்புதம் ?

கடுக்காய்க்கும் பிள்ளைவளத்தி என்று பெயர். மற்றவை வசம்பு, ஆமணக்கு ஆகும். இது குழந்தைகளுக்கு மட்டுமின்றி கிழவனுக்கும் உரியது என்பது பின்வரும் பாட்டால் விளங்கும்.

"காலை இஞ்சி கடுகம்பகல் சுக்கு
மாலை கடுக்காய் மண்டலம் உண்டால்
கோலை ஊன்றி குறுகி நடப்பவர்
காலை வீசிக் குலுக்கி நடப்பாரே"
என்பதாம்

"தாடைகழுத்தக்கி தாலுகுறியிவிடப்
பீடை சிலிபதமுற் பேதிமுட - மாடையெட்டாந்
தூலமிடி புண்வாத சோணிகா மாலையிரண்
டாலமிடி போம் வரிக்காயால்."

இ-ள் : கடுக்காயினால் கன்னம் கழுத்து நாக்கு குறி இவைகளில் உண்டாகும் நோய்கள் காலடிப்புற்று பாத வாதம், அதிதூலரோகம், இடிப்புண், சோணிதவாதம், இரண்டுவகைக் காமாலை, தாவர சங்கம விஷங்கள் யாவும் குணமாகும் என்பதாம்.

சுக்கின் புறமும் கடுக்காயின் அகமும் நஞ்சு என்பதால் சுக்கின் மேல் தோல் சீவியும், கடுக்காயின் கொட்டையை நீக்கியும் பயன்படுத்த வேண்டும்.

மேலும் கடுக்காய் தொண்டை இறுகலுள்ளவர்கள் பட்டினி கிடந்தோர், சுரமுடையோர், விஷம் தின்டியவர், குருதிவாங்கப் பெற்றவர் ஆகியோருக்கு கொடுக்கலாகாது.

கடுக்காய் கற்பம்

கடுக்காய் தோலை பீங்கான் பாத்திரத்திலிட்டு சரக்கு மூழ்க குமரிச்சார் விட்டு ரவியில் சிலநாள் வைத்து ஈரம் வற்றியபின் மீண்டும் மேற்படி சார் விட்டு உலர்த்தவும். இவ்வாறு 5 முறை பாவனை செய்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்ளவும்.

இச் சூரணத்தில் ஒரு கிராம் எடுத்து காலை வெறும் வயிற்றில் பசும்பாலுடன் சாப்பிடவும். இம்மாதிரி ஓராண்டு சாப்பிட்டு உடல் மேனியை கவனிக்கவும். நீங்களே ஆச்சரியப் படுவீர்கள். கற்ப மருந்துகள் கொள்ளும்போது சைவ உணவு சாப்பிட வேண்டும்.

கிறிஸ்துவர்கள் கடுக்காய் சாப்பிடக் கூடாது என்று ஒரு கூற்று உள்ளது. மேற்சொன்ன முறைப்படி நான் (பலராமையா) எனது 40ஆவது வயதில் 3 மாதங்கள் வரை சாப்பிட்டேன். எனக்கு உடலுறவு கொள்வதில் கடுகளவு சக்தியும்

குறைந்ததில்லை. சித்தர்கள் பெயரில் இயற்றிய பிற்கால மருத்துவ நூல்களில் சிலர் கண்டதெல்லாம் எழுதினர் என்பது ஆய்ந்து அனுபவித்தவர்களுக்கு தெரியாமல் போகாது!

முற்காலத்தில் சுண்ணாம்பில் கடுக்காயை ஊறவைத்து அத்தண்ணீர் கலந்து கட்டிய கட்டிடங்களும், பாலங்களும் இக்கால மக்களால் அதை இடிப்பதற்கும் பலமற்றவர்களாய் இருப்பதை நாம் கண் கூடாக பார்க்கிறோம். கடுக்காயினால் தானே கட்டிடங்கள் இறுகி நூற்றுக்கணக்கான ஆண்டுகள் நிமிர்ந்து நிற்கின்றன.

9. கரிசாலை
(Eclipta alba Hassk)

இதை கரிப்பான், கையான், கையாந்தகரை கரசனாங் கண்ணி என்றும் கூறுவர்.

தெலு :	கலகாரா	சமஸ் :	பிரிங்கராஜ்
கன் :	கடிகே கராகே	ஹிந் :	பங்கரா
மலை :	காஞ்சுன்னி	உரு :	ராடிம் ஏல்பின்ட்

கரிசாலையில் நீலம், மஞ்சள், சிவப்பு வெள்ளை என நான்கு வகையுண்டு. வயல் வரப்பு, நீர் நிலை ஓரங்களில் வளரும் யாவருமறிந்த சிறிய செடியே வெள்ளையினமாகும். இத்தாவரத்தில் இரும்பு சத்து அதிகம். இதன் சாறு கருமை நிறம் கொண்டது. வடமொழி நூல்கள் கரிசாலையை கேசராஜ் மற்றும் தேகராஜ் என்றழைக்கப்படுவதிலிருந்தே இது ஒரு கற்ப மூலிகை என்று தெரிகிறதல்லவா !

இதற்கு 'கைவீசி இலை' என்ற பெயரும் உண்டு. துவண்ட மனிதன் இதை உண்டு வந்தால் கையை வீசி வேகமாக நடக்கும் சக்தி பெறுவான் என்பதாம்.

"குரற் கம்மற் காமாலை குட்டமொடு சோபை
யரற் பாண்டு பன்னோ யொழிய நிரற்சொன்ன
மெய்யாந் தகரை யொத்த யீளியண்ணு நற்புலத்துக்
கையாந் தகரை யொத்தக்கால்."

இ-ள் : கரிசலாங்கண்ணியால், தொண்டைக் கம்மல், காமாலை, குட்டம், வீக்கம், பாண்டு முதலிய நோய்கள் திருவதுடன் தேகத்திற்கு பொற்சாயலும் யாளிக்கு சமமான தேகமும் ஏற்படும் என்பதாம்.

மேலும் இது கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கங்களைப் போக்கி அதனால் ஏற்படும் சுரம், வாந்தி இவைகளைப் போக்குகிறது.

ஒரு ஆசானிடம் 12 ஆண்டுகள் பணி செய்து விடைபெறும் சிடனுக்கு அவ்வாசான் ரகசியமாக "அப்பா உன் உடலை காக்க எப்போதும் கரிசாலையை சாப்பிடு; மறவாதே!" என்று உபதேசம் செய்தாராம், இப்படி எழுதியது வள்ளள் பெருமான்.

கரிப்பான் கற்பம்

கரிசாலையை சமூலமாக எடுத்து தண்ணீரில் நன்கு அலசி, சுத்தப்படுத்தி நிழலில் உலர்த்தி பொடி செய்து பேய்ச்சுரை குடுக்கையில் நிரப்பி கார்க் அல்லது மூங்கில் குச்சியால் காற்றுப்புகாமல் அடைத்து 40 நாட்கள் அப்படியே வைத்து பிறகு பயன்படுத்தவும்.

மேற்படி சூரணம் வேளைக்கு ½ தேக்கரண்டி அளவு காலை - மாலை காய்ச்சிய பசும்பாலில் கற்கண்டு தூள் சேர்த்து சாப்பிடவேண்டும். இதை தினம் ஒரு வேளையாவது உயிருள்ளவரை சாப்பிடலாம்.

1955 ஆம் வருடம் திண்டுக்கல்லில் நான் (பலராமையா) நீதிபதியாயிருக்கும்போது மேற்படி மருந்தை குடுவையிலடைத்து வைத்து சாப்பிடலாமென்று வைத்து மறந்து போனேன். பிறகு பல மருந்துகளின் ஆராய்ச்சியிலீடுபட்டேன். பல ஊர்களுக்கு

மாற்றம் செய்து போகும் போது மருந்து புட்டிகள், சாமான்களுடன் அக்குடுவையும் வந்து கொண்டேயிருந்தது. ஏனெனில் என் மருந்து சாமான்களில் ஒன்று தவறிவிட்டாலும் என் மனைவிக்கு கடுமையான தண்டனை கிடைக்கும். அதை அறிந்தவளாதலால் எந்த சாமான் எக்கதியானாலும் மருந்து சாமான்கள் அதி ஜாக்கிரதையாக தனிப் பெட்டியில் அடக்கம் செய்து பூட்டுடன் வருவதுண்டு.

1962ம் வருடம் நான் இராம்நாதபுரம் மாவட்ட நீதிபதியாயிருக்கும்போது இக்குடுவையை பெட்டியில் பார்க்க நேர்ந்தது. அடடா! எவ்வளவு ஆர்வத்துடன் குடுவையை சம்பாதித்தோம். கரிசாலையை தூய்மைப்படுத்தி சுர்ணத்தை அடக்கம் செய்தோமே! இச்சுர்ணம் நாற்றமெடுத்து கூழாய் போயிருக்குமென்று எண்ணி கார்க்கை திறந்து கையில் கொஞ்சம் கொட்டிப் பார்த்து ஆச்சரியப்பட்டேன், பொல பொலவென்றிருந்த பொடி வாயிலிட்டு பார்க்க லேசான கசப்புடன் ஓர்வித நறுமணமும் கூடியிருந்ததது.

இச்சம்பவத்தில் ஒரு விஷயம் முக்கியமாக தெரிந்து கொள்ளவேண்டும். கற்ப மூலிகைகளை பேய்ச்சுரைக் குடுவையில் வைத்திருந்தால் கெடுவதில்லை. அன்றி ஓர் சக்தியும் வருகிறதல்லவா? அதே போல் மூங்கில் குழலில் செய்த குடுவை தேங்காய் சிரட்டை குடுக்கை இவைகளில் கற்பமூலிகைகளை அடக்கி வைத்து சாப்பிடுதல் பெரும் பயன் பெறும் என்று சித்தர் நூல்களில் காணப்படுகிறது. நான் எழுதிய "வாத வைத்தியத் துக்காதி" என்னும் நூலையும் காண்க.

இரத்தக் குறைவு ஏற்படும்போது பலநோய்கள் தொடர்ந்து ஆயுளை குறைத்து விடுகிறது. "அயம் ஆயுளைப் பெருக்கும்" "அயம் குஷ்டத்தை போக்கும்" என்று சித்தர் நூல்களில் காணலாம். அதனால் தான் முப்பு கற்பம் சாப்பிடும் முன்பு (மூலிகைகள் கற்பம் அல்ல) அயத்தை ஒரு வருடம் சாப்பிட்டுவிட்டு பிறகு முப்பு கற்பங்கள் சாப்பிடுங்கால் பல

வித பயங்கர நோய்கள் வெளிப்படுமென்றும் (Reactions) அதை தாங்கிக் கொள்ளக்கூடிய சக்தியை முன் கூட்டியே உயர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவேண்டுமென்றும் சொல்லாயினர். இங்கு அயம் என்று சொல்வது அயச் செந்தூரம் அயபற்பம் என்று பொருள் படும்.

இந்த அயத்தை மூலிகையிலேயே பெறக் கூடுமென்றால் மிகவும் நல்லதல்லவா! அதை நம் கரிசலாங்கண்ணியில் பெறலாம்.

இரத்தத்திற்கு அயம்; சுக்கிலத்திற்கு (விந்துக்கு) பாதரசம்; சருமத்துக்கு காரீயம்; நரம்புக்கு வெள்ளீயம் முக்கியம் என்று சித்தர்கள் கூறுகின்றனர்.

இரத்தம் குறைந்தால் மரணம் நெருங்கும். இரத்தத்தில் நீர் சத்து அதிகமாகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். Blood is life - Life is blood என்ற ஆங்கிலப் பழமொழிப்படி உயிர்தான் இரத்தம்; இரத்தம் தான் உயிர். ஆகவே கரிசாலையைத் தின்று இரத்தத்தை இறுக்குவோம், பெருக்குவோம். நீடூழி ஆரோக்கியமாக வாழ்வோம்.

10. காஞ்சிரம் (எட்டி)
(Strychnos nuxvomica Linn)

தெலு :	முஷ்டி	சமஸ் :	விஷ முஷ்டி
கன் :	காஞ்சிரா	ஹிந் :	குச்லா
மலை :	காஞ்சிரம்	உரு :	இஜராக்

எட்டி மரம் சுமார் 40 முதல் 50 அடி உயரம் வரை வளரக் கூடியது. இது தேத்தான்மர இனமாகும். எட்டிப்பழம் செம்மை கலந்த மஞ்சள் நிறத்துடன் பார்ப்பதற்கு மிக அழகாக இருக்கும்.

"கைக் கருப்பு சந்நி கடிவிடங்குட் டூதைவலி
எய்க்கவரு தாதுநட்டம் எண்பதும்போம்
மைக்கண்ணாய்
கட்டிகரைப்பான் கண்மயங்கு பித்தமுமில்
எட்டிக் கொட்டையி னாலே."

இ-ள் : எட்டிக் கொட்டையினால் கருமேகம், ஜன்னி குஷ்டம், வாதவலி, வீரிய நஷ்டம், சொட்டு மூத்திரம், கரப்பான், மூர்ச்சை, பயித்தியம் இவை போகும்.

எட்டிவிதை சேர்ந்த விஷமுட்டித்தைலம் இரசகெந்தி மெழுகு, நந்திமை போன்ற மருந்துகள் பிரசித்திப் பெற்றவை.

பெரு நோய், கடுமையான வாத ரோகங்கள் வாந்தி பேதி (காலரா) ஆகியவற்றை குணப்படுத்தவல்லது. எட்டி விதையிலி ருந்து எடுத்த உப்பு பயித்தியம், காக்கைவலி, கூத்தாடும் ஜன்னி இவைகளை குணப்படுத்தும்.

நோயாளிகளுக்கு பல மருந்துகள் கொடுத்தனால் ஏற்பட்ட நச்சுத் தன்மையை (Nux) நக்ஸ் என்ற மருந்தை கொடுத்து பிறகு வேறு மருந்துகளை கொடுப்பது விவரம் தெரிந்த ஹோமியோபதி மருத்துவர்களிடம் காணலாம். எட்டி விதை திராவகத்திற்கு Tincture Nux Vomica என்று பெயர்.

எட்டி இலைகள் 10 கிராம் எடுத்து 200 மில்லி தண்ணீரி லிட்டு நாலிலொன்றாக சுண்டக்காய்ச்சி காலை மாலை கொடுத்துவர தீராத காமாலை நோய், விரைவில் குணமாகும்.

எட்டி மரத்தின் வடக்கு நோக்கி போகும் வேர்ப்பட்டையில் 5 கிராம் எடுத்து நறுக்கி முன்போல் கஷாயம் செய்து அதில் பூங்காவி ஒரு கிராம் போட்டு கலக்கி காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் கொடுக்க நாட்பட்ட சித்தப்பிரமை நீங்கும்.

100 கிராம் எட்டி விதைகளை நன்கு தட்டி நசுக்கி 1 கிலோ வேப்பெண்ணையில் காய்ச்சவும் - கொட்டைகள் மிதக்கும் பக்குவத்தில் இறக்கி வடித்து புட்டியிலடைக்கவும்.

கரப்பான், கிரந்தி புண்களுக்கு இதை தடவிவர சுகமாகும்.

25 கிராம் எட்டி இலைகளை 100 கிராம் நல் லெண்ணெயிலிட்டு காய்ச்சி வடித்து சூர்யாவர்த்தம் என்னும் ஒற்றைத் தலைவலி வந்தவர்கள் தலையில் தேய்த்து ஸ்நானம் செய்ய குணமாகும். இது அனுபவம். எட்டிவேர் விஷக் கடிகளுக்கு எமன் பாம்பு, தேள், கடியினால் விஷ மேறியவர்களுக்கு இதன் வேரை சந்தனக்கல்லில் சிறிது தண்ணீர் விட்டு இழைத்து உள்ளுக்கு கொடுக்க பிழைப்பர்.

பொதுவாக எட்டியை மருந்தாக கொடுக்கும் போது அளவில் மிக அதிகப்படின் மயக்கம்; வலிப்பு ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. அதைப்போக்க நாவற்பட்டை கஷாயம் கொடுக்கவும்.

எட்டி விதைகளை கற்பமாக மாற்றும் முறை :

எட்டிக் கொட்டைகளின் மேல் தோலை நீக்கி ஒரு சந்தனக்கல்லின் சிலதுளிகள் பசும்பால்விட்டு மேற்படி கொட்டையை இழைத்து அரிசியளவு கற்கம் எடுக்கவும். இதை காலை வெறும் வயிற்றில் தேன்விட்டு குழப்பி சாப்பிட்டு காய்ச்சிய பசும்பால் குடிக்கவும், தொடர்ந்து இவ்விதம் மூன்று மாதங்களாவது சாப்பிட வேண்டும். இதனால் வீரிய விருத்தி அதிகரித்து பெண் சங்கமம் கொள்ளத் தூண்டும். அவ்வித கிரியை இல்லாமல் அடக்கி ஆட்கொள்ள உடல் வண்மை பெரும். இவர்களின் உடலில் விஷக்கடிகள் ஏறாது. ஆயுள் நீடிக்கும்.

11. குப்பைமேனி
(Acalypha indica Linn)

தெலு	:	குப்பசெட்டு	சமஸ்	:	அரிதமஞ்சரி
கன்	:	குப்பிகிடா	ஹிந்	:	கோகலி
மலை	:	குப்பாமணி			

குப்பைமேனி என்ற இச்சிறிய செடி நாம் குப்பையை கொட்டும் இடம் முதல் எங்கும் வளரக்கூடியது. இதில் வட்டவடிவ இலைகளைக் கொண்டது பெண் செடியென்றும் நீளவடிவ இலைகள் கொண்டதை ஆண் என்றும் கூறுவர். ஆயினும் குணத்தில் ஒன்றே.

சிறு சின்னி என்ற 'Acalypha Fruticosa' புதர் செடியும் இதன் இனமேயாம். குப்பைமேனிக்கு அரிமஞ்சரி, மார்ஜால மோகினி (பூனை வணங்கி) என்ற சிறப்புப் பெயர்களுமுண்டு. இது அஷ்டகர்ம மூலிகைகளில் ஒன்று.

"தந்த மூலப்பிணி தித்தந்திடுபுண் சர்வவிடம்
உந்து குன்மம் வாதம்உதிர மூலந்தினவு
சூலஞ்சு வாசம் தொடர்பீநசங் கபம்போம்
ஞாலங் கொள் மேனியதனால்"

இ-ள் : குப்பை மேனி இலையால் பல் நோய்கள், தீப்புண் எல்லா விஷங்கள், வயிற்று நோய், வாத நோய், இரத்த மூலம் நமைச்சல், பக்கதுலை இரைப்பு (ஆஸ்த்துமா) பீநசம் (சைனஸ்) கபாதிக்கும் (பிராங்கைடிஸ்) இவைகள் நீங்கும் என்பதை நோக்கற்பாலது.

எலிக்கடிக்கு : ஒரு கைப்பிடி இலையுடன் 5 மிளகு கூட்டி அரைத்து நெல்லிக்காளவு சாப்பிட்டு உப்பில்லா பத்தியமிருந்தால் விஷம் ஓடிவிடும். சித்தர்கள் தங்கள் நூல்களில் உடல், உயிர், ஞானம் என பல தலைப்புகளில் மாற்றி மாற்றி எழுதுவர்.

"உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவு மாட்டார்"

என்று திருமூலர் சொன்னதை இங்கு நினைவு கொள்வோம். சுவரின்றி சித்திரமுண்டோ? உயிருக்கு உடல் முக்கியமல்லவா!

ஔவை பாட்டியும் ஒரு சித்தர் தான். தன் இளமையை மாற்றி முதுமையை செய்துக் கொண்டவரல்லவா அவர்.

சித்தர்கள் தங்கள் பாடலில் சிலேடையாகவும், பரி பாஷையாலும் எழுதியுள்ளனர். ஒரு நூல் எழுதும்முன் காப்பு என்று எழுதுவர். அந்தக் காப்பில் அந்நூலின் தத்துவத்தை அடக்கி விடுவர்.

அகத்தியர் பன்னீராயரத்தில் உள்ள காப்பில் :

'ஆதியென்ற கணேசருட பாதம் போற்றி
அப்பனே மனோான் மணியாள் கமலம் போற்றி'
— என்றும்

போக நிகண்டில்
"அகண்ட பரிபூரண மானமலர் போற்றி
அடுத்து நின்ற உமையவள்தாய் பாதம் போற்றி'
என்றும்

சொன்னதெல்லாம் உடல் உயிரைப் பற்றிய பரி பாஷைகளாகும். அதில் உடலை நீட்டும் சிவசக்தி கற்பங்களை சொல்கின்றனர்.

அதைப் போன்றே ஔவை பிராட்டியாரும்

"வாக்குண்டாம் நல்ல மனமுண்டாம்
மாமலராள் நோக்குண்டாம் மேனிநுடங்காது
— பூக்கொண்டு
துப்பார் திருமேனி தும்பிக் கையான்
பாதம் தப்பாமல் சார்ந்தார் தமக்கு."

என உடலைப் பற்றியே முக்கியமாய் எழுதியுள்ளாரென்பது ஆராய்ச்சி செய்து பார்த்தால் புலப்படும்.

வாக்குண்டாம் : சொல்வண்மை உயரும்

நல்ல மனமுண்டாம் : எண்ணங்கள் தூய்மையாகும்

மாமலராள் நோக்குண்டாம் : சரீரம் லட்சுமி கரமாயிருக்கும்.

இவைகளெல்லாம் எதனால் ஏற்படும் என்பதை அடுத்து பார்ப்போம்.

பூக்கொண்டு - பூ என்றாலே இந்து சாஸ்திரத்தில் தாமரைப் பூவையே குறிக்கும். இலட்சுமி செந்தாமரையிலும் சரஸ்வதி வெண்தாமரையிலும் அல்லவா உள்ளனர்.

துப்பார் திருமேனி : சுத்தமான திருமேனியென்ற குப்பைமேனியென்ற கற்பமூலிகை.

தும்பி - நம் தோட்டங்களில் காணுகின்ற தும்பைச் செடி. இதன் பூக்களை விநாயகருக்குச் சாற்றுவர்.

கையான் - கரிசாலை, கரசனாங்கண்ணி என்ற இரும்பு சத்துள்ள மூலிகை. வள்ளலார் இதை வெகுவாக பாராட்டியுள்ளார். கரிசாலையை தெற்கு மாவட்டங்களில் கையான் என்று அழைப்பர்.

பாதம் தப்பாமல் சார்ந்தார் தமக்கு - இம் மூலிகைகளை தவறாமல் சாப்பிடுவோர்க்கு, மேனி நுடங்காது - அதாவது இவ்வுடல் தளராது அழியாது என்பதாம்.

பாதம் என்பதற்கு சிலர் 'சிறு செருப்படை' மூலிகை எனப் பொருள் சொல்வர். ஏனெனில் அதுவும் ஓர் கற்ப மூலி கையானதால்.

எத்தனையோ பேர்கள் விநாயகரை தொழுகிறார்கள் ஆனால் மேனி நுடங்காமல் வாழ்கிறார்களா?

நாம் பார்த்ததில்லை.

ஆனால் மேற்சொன்ன தாமரைப்பூ! குப்பை மேனி தும்பை, கையாந்தகரை, சிறு செருப்படை ஆகிய கற்ப மூலி கைகளை சாப்பிடுபவர்கள் உடல் வன்மையுடனிருப்பதைக் காணலாம்.

மேற்சொன்ன ஒரு மூலிகை (அ) எல்லாவற்றையும் சம எடையாக சேர்த்து நிழலிலுலர்த்தி சூரணம் செய்து வேளைக்கு அரை தேக்கரண்டியளவு காலை மாலை பசும் பாலில் சாப்பிட்டுவர நோயற்று வாழ்ந்து குறைவற்ற செல்வம் பெறலாம்.

மேனி சாப்பிடின் மேனி நுடங்காது என அறிந்தோம். மேலும் இதை தனியாக கற்பமுறையில் சாப்பிடும் முறை அறிவோம்.

குப்பைமேனிச் செடியில் பச்சைநிறமான பூக்கள் வந்த பிறகு காலை நேரத்தில் வேண்டியளவு இலைகளை பறிக்கவும். ஒரு மண் சட்டியில் பாதியளவு பசும்பால் விட்டு சட்டியின் வாய்க்கு மெல்லிய வெள்ளைத் துணியால் மூடி கட்டி அத்துணியின் மேற்படி இலைகளை பரப்பி அதன் மேல் ஒரு சட்டியை மூடி அடுப்பில் வைத்து பிட்டு அவிப்பது போல் சிறுதியில் பால் சுண்டும் வரை எரிக்கவும். இம்முறையை பாலில் ஏடுகட்டுதல் என்பதாகும்.

பிறகு ஆவியில் வெந்த இலைகளை தட்டுகளில் பரப்பி நிழலில் உலர்த்தவும். நன்றாய் உலர்ந்த பின் ஒன்றிரண்டு மணி நேரம் வெய்யிலில் வைத்தெடுத்து இடித்து சலித்து சமனளவு கற்கண்டுத் தூள் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

காலை—மாலை வெறும் வயிற்றில் வேளைக்கு அரை தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டு காய்ச்சிய பசும்பால் சாப்பிடவும். வருடக் கணக்கில் சாப்பிடலாம். குறைந்தது ஒரு மண்டலமாவது (48 நாட்கள்) சாப்பிட வேண்டும்.

நோய்கள் தானே நம் உடலைத் தளர்த்தி மரணம் சம்பவிக்கச் செய்கிறது. இந்த கற்பசூரணம் நமக்குத் தெரியாத புரியாத பல நோய்களை குணப்படுத்தி ஆயுளை நீட்டிக்கச் செய்யும் என்பதில் என்ன ஐயம் !

இச்செடியின் மருத்துவப் பயன்களை சற்று கவனிப்போம்.

இரத்த மூலம் போக :

இதன் இலைகளுடன் ½ தேக்கரண்டியளவு சிரகம் சேர்த்து அரைத்து நெல்லிக்காயளவு தினம் இரண்டுவேளை பாலில் சாப்பிட்டுவர இரத்தம் நின்றுவிடும். ஒருவாரம் இடைவிடாது சாப்பிடுதல் நல்லது.

பவுத்திரத்துக்கு

குப்பைமேனி சார் 1 லிட்டர் விளக்கெண்ணெய் 1 லிட்டர் இவ்விரண்டையும் கலந்து ஒரு இரும்பு வாணலியிலி ட்டு சிறு தீயில் எரிக்கவும். சிடு சிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி ஆறியபின் வடிகட்டி சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும்.

இவ்வெண்ணையை பிரதிதினம் காலை வெறும் வயிற்றில் பசும்பால் (அ) காபியில் 1 தேக்கரண்டியளவு வீதம் அதே போன்று இரவு படுக்கும் போதும் மூன்று மாதங்கள் சாப்பிட்டு வர பவுத்திரம் குணமாகும். பவுத்திரத்தை ஆபரேஷன் செய்யக்கூடாது. செய்தால் மறுபடியும் அதிக வீரியத்தோடு கிளம்பும்.

சளி, இருமல் தீர :

திரிகடுகு சூரணத்தில் மூழ்க குப்பைமேனியிலைச் சாறு விட்டு அரைத்து பட்டாணியளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் காயவைத்து புட்டியிலடைக்கவும்.

காலை மாலை வேளைக்கு 1 மாத்திரை வீதம் வென்னீரில் சாப்பிடவும். நெஞ்சிலுள்ள கோழை வெளியேறி குணமாகும்; மூச்சுத் திணறல் கூட நிற்கும்.

கெந்தக பற்பம்:

குப்பைமேனி இலையும்; சலித்த கற்சுண்ணாம்புத் தூளும் சமனளவு கூட்டி அரைத்து ஒரு சாத்துகொடியளவு கற்கம் எடுத்துக் கொள்ளவும். 30 கிராம் சுத்திசெய்த கந்தகத்தை உருக்கி நெய்தடவிய மண்குடுவையில் சாய்க்கவும் - உருண்டையாக இறுகும். இந்த கந்தகத்துக்கு சூழ கற்கத்தை கவசம் செய்து சுண்ணாம்பு சீலைசுற்றி அதன் மேல் மண் சீலை மூன்று செய்து சீலை உலரும் பக்குவம் வரையில் வெய்யிலில் வைக்கவும்.

பிறகு தரையில் சிறிய பள்ளம் தோண்டி அதில் ஐந்து விராட்டியில் புடமிடவும். லேசான கந்தக வாடை வந்து நின்றுவிடும். புடம் நன்றாக ஆறிய பின் கலசத்தை ஜாக்கிரதையாக பிரித்தெடுக்கவும். கந்தகபற்பமாக இருக்கும். இது அவித்த கோழிமுட்டை நாற்றமடிக்கும்.

இப்பற்பத்தை காலை மாலை வேளைக்கு குன்றியளவு பால் (அ) நெய்யில் கொடுத்துவர குன்மநோய்; சரும நோய் குணமாகும். உப்பு, புளி நீக்கி சைவ உணவாக சாப்பிடவும்.

வயிற்றிலுள்ள கிரைப்பூச்சி ஒழிய :

குப்பைமேனியின் வேர்களை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி நிழலில் உலர்த்தி இடித்துசூரணம் செய்து வைத்துக் கொண்டு $1/2$ தேக்கரண்டியளவு இரவு படுக்கும்போது வென்னீரில் கொடுக்க இரண்டு மூன்றுமுறை பேதியாகும். குழந்தைகளின் வயிற்றிலுள்ள கிரைப்பூச்சிகள் ஒழியும். மற்றும் கல்போலிருந்த வயிறு குணமாகும். இரண்டு வாரத்திற்கொருமுறை கொடுக்கலாம். பெரியவர்கள் ஒரு தேக்கரண்டியளவு சாப்பிட வேண்டும்.

12. கொடிவேலி

(Plumbago zeylanica Linn)

தெலு	:	சித்திரமூலம்	சமஸ்	:	சித்ரகா
கன்	:	சித்ரமூலா	ஹிந்	:	சித்ரா
மலை	:	தும்பகொடிவேலி	உரு	:	சிதராஜ்

கொடிவேலி என்ற இச்சிறிய செடி புதர்களிலும் வேலிகளிலும் வளரும். இதற்கு 'கொடி வேரி' என்ற பெயர்க் காரணமும் உண்டு. இதில் வெள்ளை, சிவப்பு, நீலம் என மூன்று இனங்களுண்டு. திருப்பதி மலையில் கருப்பு இனம் அரிதாக தென்படுகிறது. பெரும்பாலும் மருந்துகளுக்கு வெண்கொடி வேலியே பயன்படுகிறது.

"கட்டிவிர ணங்கிரந்தி கால்க ளரையாப்புக்
கட்டிசூலை வீக்கங் காழ்மூல - முட்டிரத்தக்
கட்டு நீரேற்றங் கனத்த பெருவயிறு
மட்டுங் கொடு வேலியாம்."

இ-ள் : வெண்கொடி வேலி வேர்ப்பட்டையால் கட்டி, விரணம் சிரங்கு, அரையாப்பு, வாதசூலை, குத்தல் மூல ரோகம், ரத்தக்கட்டு, நீரேற்றம், மகோதரம் குணமாகும் என்பதாம்.

'பிறங்கு செஞ்சித்ரம் மூலஞ்சேரு செம்பைத்
துய்ய பற்பம் செய்'

என்ற வரிகளிலிருந்து சிவப்பு பூவிடும் கொடிவேலி வேர்பட்டையால் செம்பை பற்பமாக்கலாம் என அறிகிறோம். கற்பமூலிகை 108ல் இந்த செங்கொடிவேலி ஒன்றாகும்.

கொடிவேலிக்கு அழல், எரி, கனலி, தழல், வன்னி, அக்னி, கொடி வன்னி எனப் பெயர்களுண்டு.

இதன் பச்சை வேரை அன்னவடி கஞ்சியில் அரைத்து புண்ணாக்க வேண்டிய இடங்களில் தடவ ஒரு மணி நேரத்தில்

எரிச்சல் கண்டு கொப்புளம் ஏற்பட்டு புண்ணாகும். இந்த வேரையே நல்லெண்ணையிலிட்டு காய்ச்சி புண்களுக்கு தடவ ஆறிவிடும்.

இது வியர்வையுண்டாக்கி விரணகாரி ஆகிய குணங்களை அதிகமாக பெற்றுள்ளது.

சித்த, ஆயுர்வேத மருந்துகளில் இதை பெரும்பாலும் சேர்ககப்படுகிறது. வயிற்றில் ஏற்படும் குன்மகட்டியை நவீன மருத்துவத்தில் கேன்ஸர் என்பர். இதேபோல் தொண்டை, உணவுக்குழல் ஆகிய இடங்களில் ஏற்படும் கட்டிகளை கரைக்க வல்லது.

புற்றுநோய்க்கு :

கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, சிவனார் வேம்பு, பறங்கி பட்டை, கொப்பரை தேங்காய் இந்நான்கையும் சேர்த்து குழித் தைலமிறக்கி அத்தைலத்தில் சுத்தி செய்த இரசகற்பூரத்தை மெழுகுதிரள அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

பனை வெல்லத்தில் இம்மெழுகை உளுந்தளவு பொதித்து காலை ஒரு வேளை மட்டும் கொடுத்துவர புற்றுநோய் (கேன்ஸர்) குணமாகும். குறிப்பாக தொண்டையில் உணவு குழாயில் வரும் புற்று கரைக்க வல்லது.

புற்று நோய் என்றால் மலைக்க வேண்டாம். மேற்படி மருந்தை ஒருவாரம் கொடுத்து ஓமத்தை பசும்பாலில் அரைத்து தலையில் தேய்த்து வென்னீரில் குளிக்கவும். பிறகு ஒரு வாரம் விட்டு மீண்டும் ஒரு வாரம் மேற்படி மருந்தை கொடுக்கவும் இவ்வாறு நான்கு வாரம் கொடுக்கவும்.

இரசகற்பூரசுத்தி நான் (பலராமையா) எழுதிய வாத வைத்தியத் துக்காதி நூலில் காண்க.

13. கோபுரந்தாங்கி

Andrographis echioides Nees

தெலு : கோரி சிமிடி   ஹிந் : சரயேடா
கன் : சலவா புரிகடா   மலை : பிதும்பா, மலகுலுக்கி

கோபுரந்தாங்கி என்ற சிறிய செடிகள் சுமார் 1 - 1½ அடி உயரம் வரை தன்னிச்சையாக வளரும் செடியினம். இது பாழடைந்த மண்டபம் கோயில் சுவர்களில் தன்னிச்சையாக வளர்பவை. இதன் தோற்றம் கோபுரம் போல் காணப்படும். இது நிலைவேம்பு இனத்தை சேர்ந்தது மட்டுமின்றி அதன் குணத்தையும் பெற்றது.

"தொடுக்கும் புழுவெட்டின் தொல்லையறும் நீங்காக்
கடுக்குமொரு மண்டைக்கரப்பா - னொடுக்கமுறு
மேங்கித் தவிக்காதே யெந்திழையே கோபுரத்தை
தாங்கியெனும் பூண்டின் சீர் சாற்று."

இ-ள் : கோபுரந்தாங்கி இலையால் தலையில் ஏற்படும் புழுவெட்டு, மண்டை கரப்பான் ஆகியவை நீங்கும் என்பதாகும்.

இதன் இலைச்சாற்றுடன் சமனெடை நல்லெண்ணை கூட்டி பதமாக காய்ச்சி வடிகட்டி தலையில் தடவி வர தலைமயிர் உதிர்வது நீங்கி அடர்ந்து வளரும். மேலும் தலையில் ஏற்படும் கரப்பான், புழுவெட்டு, களாஞ்சிப்படை (Psoriosis) இவைகளுக்கு தடவிவர குணமாகும்.

இதன் வேரை நிழலில் உலர்த்தி பொடி செய்து சமனளவு கற்கண்டு தூள் சேர்த்து திரிகடியளவு பசுந்நெய்யில் கலக்கி காலை - மாலை சாப்பிட்டுவர நமது எலும்புகள்; நரம்புகள்; தசைகள் வலுக்கும். பல கிலோ மீட்டர் ஆயாசமில்லாமல் நடக்கலாமென்பது சாத்திரத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. இது அந்த அளவுக்கு உடலை தேற்றக்கூடியது.

14. சங்கங்குப்பி

(Clerodendrum incrme Gaetn)

தெலு :	தக்கோலகமு	சம :	குண்டலி
கன் :	பிசங்கி	ஹிந் :	லான்ஜய்
மலை :	நீர்நொச்சி	உரு :	இசம்தாரி

இது வேலிகளிலும் புதர்களிலும், நீர்நிலைக் கரையோரங்களிலும் வளரும் புதர்செடியினமாகும். இதற்கு இசங்கு, பீச்சங்கன் என்ற பெயர்களும் உண்டு. கடற் கரையோரங்களில் எளிதாக காணலாம்.

"கரப்பான் கிரந்தி கருங்குட்டரோக
முரப்பான மேகமொழியுங் - கருப்பக்
கருங்கிரந்தி செவ்வாப்பு கட்டிகளுமேரு
மருஞ்சங்கங் குப்பிக்கறி."

இள் : சங்குங்குப்பியினிலையால் அரைக்கடுவன், கிரந்திப்புண், கரப்பான், கருங்குட்டம், செவ்வாப்பு கட்டி மற்றும் மேகநீர் சம்பந்தமான அனைத்து நோய்களும் தீரும் என்பதாகும்.

இதன் வேர் "குவைனா" மருந்துக் கொப்பானது. இதன் வேரைத் தட்டி நல்லெண்ணையில் போட்டுக் காய்ச்சி கீல்களின் பிடிப்புக்கு தேய்க்க குணமாகும்.

சங்கங்குப்பி இலைச்சாறு 1 ஆழாக்கு, வல்லாரை இலைச்சாறு 1 ஆழாக்கு, புங்கம் வேர் பட்டையை சலத்தில் ஊறப்போட்டு இடித்தெடுத்தசாறு 1 ஆழாக்கு இலைகளை மண்சட்டியிலிட்டு சமனளவு ஆமணக்கெண்ணை சேர்த்து சிறு தியாக எரித்து மெழுகுபதத்தில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்க. காலை மாலை வேளைக்கு 1 டீஸ்பூன் வீதம் வெறும் வயிற்றில் 20 நாட்கள் கொடுத்துவர உடலில் ஏற்பட்ட மேகரணங்கள், தடிப்பு வெடிப்பு பிடிப்பு வீக்கம் இவைகள் திருவதுடன் ரத்தத்தை சுத்தி செய்து ஆயுளை நீட்ட வல்லது.

ஸ்நானத்திற்கு, ஜலத்தில் இந்த இலையை கொஞ்சம் போட்டு குளிக்க சித்தப்பிரமை தீரும்.

இந்த இலையை அரைத்து களி போல் கிளரி அரையாப்பு கட்டிகளுக்கு கட்டிவர அழுந்திவிடும். இந்த இலை 1 பிடிக்கு பத்து பங்கு தண்ணீர் சேர்த்து கால்பங்காக காய்ச்சி வடித்து குடிநீராக்கி வேளைக்கு 100 மில்லி வீதம் தினம் இரண்டு வேளை அருந்தி வர விடாச்சுரமும், விட்டுவிட்டு வரும் சுரங்களும் குணமாகும். இது நில வேம்பு குடிநீரைவிட சிறந்தது. உடம்பிலுள்ள விஷநீர்களை வெளியேற்ற வல்லது.

விஷம் தீண்டியவர்கள் இவ்வில்லையை மென்றுதின்ன விஷம் இறங்கும்.

இது பொதுவாக உடல் தேற்றி, வெப்பகற்றி குணங்களைக் கொண்டது.

15. சாயாவிருட்சம்

(Adansonia digitata Linn)

தெலு :	சிமசிந்தா	சமஸ் :	கோரக்ஷி
கன் :	பிராமம் மிலிகா	ஹிந் :	கோரக் அமிலி
மலை :	ஆனப்புளி	உரு :	யூஜத்

இது பல்லாண்டுகள் வாழக்கூடிய மர இனம். சுமார் 60-70 அடி உயரம் வளரும்.

"சாயா விருட்சம் பெயரை சாற்றக் கேளு
தன்னிழல் காஞ்சியாம் தர்ம தேவி
பூயடோக நிழல் புண்ணியந்தரியாம்
பேரான சூரியனில் சாயாதேவி
வாயவா காலநிலைத்த மறுமொழி பேசாதான்
மாசற்ற சூத பந்தனியு மாகுஞ்
சாயா சாகாவிதியை யீயுந்தாயார்
சாயா விருட்சத்தின் பேரு மாமே"

இவ்விருட்சத்தினுடைய நிழல் கீழே விழாது. தன்னிழலை காக்கும் மரம். அதனால் தான் தன்னிழல் காத்தான் மரம் என்று நூல் சொல்கிறது. நாய்க்குட்டி மரம் என்றும் ஒரு பெயர் உண்டு. இம்மரத்தின் காய்களின் மேல் பகுதி வெல்வெட் போன்று மிருதுவாக நாய்க்குட்டியின் மிருதுவான ரோமத்தைப் போல் இருக்கும். இதை வால் போன்ற தொங்குகின்ற காம்புடன் அருத்து மேஜைமேல் வைத்துப் பார்த்தால் கண் திறவா நாய்க்குட்டி போலிருக்கும்.

இதன் அடிமரம் ஆலமரம்போல் பருத்திருக்கும். கிளைகள் அதிகம் காணப்படாது. அடிமரப்பட்டை வழுவழுவென்று எருமை தோல் போலிருக்கும்.

இம்மரம் எங்கோ சில இடங்களில் காணப்படுகிறது. மதுரை மாவட்ட நீதிபதி பங்களா, தஞ்சாவூர் மாவட்ட நீதிபதி கோர்ட்டு சரகத்தில், திருநெல்வேலியிலிருந்து தென் காசிக்கு போகும் சாலையில் ஒரு கிலோ மீட்டர் தூரத்திலுள்ள செயின்தாமஸ் மௌண்ட் ஆர்மி குவார்ட்டர்ஸின் காம்பௌண்டில், சென்னை உயர்நீதி மன்ற தோட்டத்தில் காணலாம்.

இதன் இலைகளை மென்றால் வழுவழுவென்றிருக்கும். தினம் காலையில் பத்து இலைகள் மென்று சாப்பிட்டுவர T.B. என்னும் க்ஷயம், எலும்புருக்கி தீரும். சதை பிடிக்காத குழந்தைகளுக்கு தேவாமிர்தம்.

இது ஒரு தெய்வீக மரம். தினம் வணங்கத்தக்கது. இரவு பகல் உச்சி நேரங்களில் தேவர்கள் மரத்தின் மேல் தங்குவர் என கற்ப ரகசிய ஓலை பிரதிகளில் காணப்படுகிறது. அந்நேரத்தில் இம்மரத்தின் கீழ் பொங்கல் வைத்து தேங்காய் பழம், கற்பூரம் முதலியன வைத்து வணங்கி அதனுடைய அடி மரத்து பட்டை, சுமார் 500 கிராம் அளவுக்கு எடுத்து நிழலில் 'உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

காலை நேரத்தில் மேற்படி பட்டை 20 கிராம் எடுத்து காய்ச்சிய பசும்பால் விட்டரைத்து பசும்பாலில் கலக்கி சாப்பிடவேண்டும். இம்மாதிரி ஒரு மண்டலம் சாப்பிட்டு உணவாக பசும்நெய் சேர்த்த பொங்கல், பசும்பால் சாப்பிட வேண்டும். உப்பு, புளி சேர்க்கக் கூடாது. இவ்வாறு செய்தால் இருநூறு வருடங்கள் உயிர் வாழலாம் என கற்ப சாத்திரம் கூறுகிறது.

நம் சாத்திரங்களில் பொய் காணமுடியாது. பெரியோர்கள் மக்கள் நன்மைக்காக வாழ்ந்தனர்; வாழ்கின்றனர். வெட்ட வெளியில் இவ்வித பெரியோர்களை புண்ணியவான்கள் தரிசிக்கலாம். வேதங்கள், ஆகமங்கள், சுருதிகள், புராணங்கள் மக்களை நல்வழி திருப்பவே மஹரிஷிகளால் எழுதப்பட்டவை. அவைகளை ஆராய்ந்து உண்மை தத்துவங்களை அறிந்துகொள்ள முடியாத மூடர்கள் அதை பொய்யென்று பிதற்றுவர். அப்படிப்பட்டவர்கள் இம்மரத்தின் நிழலில் கூட நிற்கக்கூடாது. சாக்கிரதை!

16. சிவக்கரந்தை
(Sphaeranthus Amaranthoicdes Linn)

தெலு	:	போதரமு	சமஸ்	:	ஹ பு ஷா
உரு	:	காமா பிலஸ்	ஹிந்	:	காக்ரோண்டா

இது சில இடங்களில் மட்டும், மார்கழி, தை, மாசியில் வளரும் ஒருவகை குத்துச்செடி. இதில் சிவப்பு வெள்ளை என இரண்டு வகையுண்டு.

கரந்தை இனத்தில் பலவகையுண்டு. சாதாரணமாக வயல்களில் தரையோடு படரும் கொட்டைக் கரந்தையை எங்கும் காணலாம். ஆனால் சிவக்கரந்தை அரிதாக காணும். இப்பூண்டு காற்றில் சிறிது அசைந்தாலும் கூட நறுமணம் வீசும். இதன் மணமே ஒரு தெய்வீகம்.

சிவக்கரந்தை பார்ப்பதற்கு கரிசாலைச் செடிகளைப்போல் தோன்றும். சிவராத்திரியன்று சிவனுக்கு இதன் இலைகளால் அர்ச்சிப்பதை விசேஷமாக கருதப்படுகிறது.

"வாந்தி யரோசகத்தை மாற்றும் பசிகொடுக்குஞ்
சாய்ந்த விந்துவைக் கட்டுந் தப்பாதே - ஏந்தழகைத்
தண்டா துறச் சேர்க்குஞ் சார்ந்த பருமனத்தைத்
தண்டாச் சிவக்கரந்தை தான்."

இ-ள் : மணமுள்ள சிவக்கரந்தையால் ஆமணம், அருசி, விந்து நட்டம் இவைகளைப் போக்குவதோடு நல்ல பசியையும், அழகையும் ஏற்படுத்தும் என்பதாம்.

சிவக்கரந்தை இலைகளை பூவிடுவதற்கு முன்பு பறித்து பயன்படுத்தவேண்டும். இதன் இலைகளை நிழலில் உலர்த்தி இத்துடன் சமனளவு கருந்தகரை இலையை சேர்த்து சூரணித்து காலை - மாலை திரிகடி பிரமாணம் தேனில் குழைத்து உண்டுவர வெளுத்த முடியும் கறுப்பாகும்.

இறைவனுக்குப் படைக்கும் மூலிகைகள் எல்லாம் சுத்த சாத்வீகமுள்ளவை. உடலை தேற்றக் கூடியவை.

இதை சமூலம் சுரணம் செய்து தேங்காய் குடுவையில் 40 நாள் வைத்து பிறகு எடுத்து காலை - மாலை பசும்பாலில் திரிகடி சாப்பிட்டுவர உடலிலுள்ள ஊழல்கள் அகன்று ஆயுளை நீட்டும்.

இதன் இனமே கொட்டைக் கரந்தை S. indlcus

"கொட்டைக் கரந்தைதனை கூசாடலுண் டவர்க்கு
வெட்டைதணியும் மதிமேகம் போந் - துட்டச்
சொறி சிறங்கு வன்கரப்பான் நொற்றாது நானும்
மறி மலமுந் தானிறங்கு மால்"

இ-ள் : இதனால் வெள்ளை படுதல் பிரமேகம் (S.T.D.) அரிப்பு, கிரந்தி, கரப்பான், ஆகிய நோய்கள் நீங்குவதோடு மலச்சிக்கல் நீங்கும் என்பதாம்.

இதன் சாற்றில் அபிரகம் மெழுகாகும். இதை பூவிடுவதற்கு முன்பு சமூலமாக எடுத்து நிழலிலுலர்த்திசூரணித்து சர்க்கரை கலந்து காலை மாலை வேளைக்கு ½ டீஸ்பூன் வீதம் சாப்பிட்டுவர மேற்படி நோய்கள் திரும்.

கரந்தை இனத்தில் நாறுங்கரந்தை S. Blumea Lacerahde என்ற ஒரு இனம் உண்டு. இதை நாறுங்கரந்தை, சுவற்று முள்ளங்கி, காட்டு முள்ளங்கி என்பர். இது பழைய சுவர்களின் இடுக்குகளில் தானாக வளரும் பூண்டினம். இது இளமையாக இருக்கும்போது இலைகள் பெரியதாகவும் முதுமையடையும்போது சிறிய இலைகளாகவும் காணப்படும்.

இதனுடைய சமூலத்தை அரைத்து கெந்தகத்துக் கவசம் செய்து சிறு புடமிட கெந்தகம் கட்டும். கட்டிய கந்தகம் பற்பம் செய்ய உதவும்.

கட்டிய கந்தகத்தை நைய அரைத்து குன்றியளவு காலை மாலை நெய்யில் குழைத்து சாப்பிட்டு வர பவுத்திரம் குணமாகும்.

ஒடி சமூலத்தை கற் சுண்ணாம்பு கூட்டி அரைத்து கந்த கட்டிக்கு கவசம் செய்து சுண்ணாம்பு சிலை மூன்று செய்து அதன் மேல் இரண்டு மண் சிலை செய்து சிலை உலர்ந்த பின் ஐந்து வரட்டியில் புடமிட கந்தகம் தீரும்.

நீற்றிய கந்தகத்தை பசு நெய்யில் அல்லது பசும் பாலில் தினம் ஒரு குன்றியளவு வீதம் மூன்று மாதங்கள் சாப்பிட ரத்த சுத்தியாகி உடல் தேறும்.

"கெந்தி சாப்பிட்டால் உந்தி குளிரும்" என்ற பழமொழியை கவனிக்கற்பாலது. கந்தகபற்பம் Psoyriasis என்னும் சரும நோயை குணமாக்கும்.

பொதுவாக கரந்தை இனம் சிறு நீரக நோய்களை போக்கவும், புழுக் கொல்லியாகவும் பயன்படும்.

கொட்டைக் கரந்தையின் பூவுக்கு உடல் தேற்றி, உள்ளழலாற்றி குணங்களும்;

விதை வேருக்கு : பசித்தூண்டி, புழுக்கொல்லி குணங்களும்;

சமூலமாக உபயோகிக்கும் போது : தூய்மையாக்கி பலகாரி குணங்களும் அமைந்தவை.

17. சிவனார் வேம்பு

Indigofera aspalathoides Vahl

தெலு	:	ஹரநிம்பமு	சம	:	சிவநிம்பா
கன்	:	சிவாமல்லிகிடா	மலை	:	மணலி

இதற்கு பல பெயர்கள் உண்டு என்பதை கீழ்க்கண்ட பாடலால் அறியலாம் :-

"சிவனான வேம்புதனைச் செப்பக்கேளு
செந்தணலின் மேனியாஞ் சுடலையாடி
கவனான காலனை உதைத் தோனாகுங்
கபாலி, சுடலை தனி நர்த்தனாங்
குவனானே கொடிய மால் மச்சினன்றான்
குறைந்தான் மழுவேந்துங் கோபனாகும்
விவனான வீரணங்கள், விஷாக்கினியாகு
மிடுக்கான சிவனார்தன் வேம்புமாமே."

இது அவுரி இனத்தைச் சேர்ந்தது. குத்துக்காற் சம்மட்டியும் செப்பு நெரிஞ்சிலும் இவ்வினமே. இச்சிறிய செடியினம் புன்செய் மேடுகளிலும் சிறிய புதர் காடுகளிலும் தானாக வளரும்.

"குட்டஞ் சிரங்கு குறைப்புச மாந்தை
கட்டப் பிணிகள் கழலுமே - திட்டம்
உரனிம்பங் காயத்துக் குண்டாகு மேலை
அரனிம்ப மென்னும மருந்தால்"

இ-ள் : சிவன் வேம்பின் சமூலத்தால் குட்டம், சிரங்கு, உப்பிசம், மாந்தம் மற்ற கடுமையான நோய்கள் எல்லாம் தீரும் என்பதாம்.

இதற்கு 'அன்றெரித்தான் பூண்டு' என்றும் பெயர். செடியை பிடுங்கியவுடன் எரித்தால் காய்ந்த விறகு போல் எரியும். இதில் தைலப்பசை மிகுதியாக உள்ளது. கந்தகச் சத்துள்ளது. சிவன் - நெருப்பு; சக்தி - கந்தகம் ஆகவே நெருப்பில் வைத்தால் எரியும். சிவன் மன்மதனை எரித்தான் என்பதாலும் இப்பெயர் பொருந்தும்.

இதன் இலைகளும் சிறுமலரும் புற்றுநோய்க்குச் சிறந்தது. இதன் வேரால் பல் துலக்க பல் நோய் தீரும்.

வேம்பு - சக்திமூலி, வில்வம் - சிவன் மூலி, இவ்விரண்டு மூலிகைகளின் குணங்களும் ஒருங்கே அமையப் பெற்றும் அதைவிட மிகவும் சிறந்தும் விளங்குவதால் இதற்கு சிவனார் வேம்பு என்ற பெயர் ஏற்பட்டது. இது தேகத்தை சுத்தம் செய்து ஆயுளை நீட்டிக்க வல்லது.

இதன் சமூல சூரணத்தை சமன் கற்கண்டு தூள் சேர்த்து 1 தேக்கரண்டி வீதம் பசுவின் பாலில் சாப்பிட்டுவர ஆயுளை நீட்டிப்பதோடு அல்லாமல் குஷ்டம் போன்ற கொடிய நோய்கள் தீரும்.

இது சேர்ந்த குழித்தைல பக்குவம் கொடி வேலி மூலிகை தலைப்பில் குறிப்பிட்டுள்ளதைக் காண்க.

இதன் சமூலத்தை சுட்டு சாம்பலாக்கி தேங்காயெண்ணையில் குழைத்து ஆராதவிரணங்கள், சொறி, சிரங்கு, கரப்பான இவைகளின் மேல் தடவ விரைவில் குணமாகும்.

இது உள்ளழலாற்றி, சோபநாசினி, விஷநாசகாரி குணங்களைப் பெற்றது.

18. சிறு கட்டுக் கொடி

Coceulus hirsustus Diels

தெலு :	தாசரீதிக	சம :	வாசனவல்லி
கன் :	கட்டுதிக	ஹிந் :	ஜாம்திகாபல்
மலை :	கட்டுகொடி	உரு :	ஜால்ஜம்னி

இது காடுகளில் முட்புதர்களில் வளரும் கொடியினம். இது உடலுக்கு உரமளிக்கக் கூடிய இதன் இலைகளை பச்சை யாகவே மென்று தின்னலாம்.

இதில் சிறு காட்டுக் கொடி C. Lauri Folius என்ற வேறு இனம் உண்டு. இது உயிரைக் குடிக்கும் விஷம் பெற்றது. காட்டுவாசிகள் இதன் இலைச் சாற்றை அம்பு முனைகளில் தடவி மிருகங்களை வேட்டையாடி மாய்ப்பர். இதில் Cocalarne என்ற விஷச் சத்து (Taxic Alk) இருப்பதாக கண்டு பிடித்துள்ளனர்.

மேலும் C. Pendulus என்ற பெருங்கட்டுக் கொடி என்ற இனமும் உண்டு. இது முதல் இனத்தைப் போன்று நன்மை பயக்க வல்லதே.

"சிறுத்த கட்டுக் கொடியாற் சீதரத்த நீங்கு
மிறுத்த புனலைக் கட்டு மின்னுந் - திறுத்துமுறுங்
கொங்கைமட மாதே குளிரும் மெய் யெல்லார்க்கும்
சங்கையற நீயெடுத்துச் சாற்று."

இ-ள் : இதனிலையால் சீதரத்த பேதியும் மேக நீரும் குணமாகி தேகம் குளிர்ச்சி பெறும் என்பதாம்.

இவ்விலைக் கற்கத்தை படை : கரப்பானுக்கு மேற்பூச்சாகத் தடவி வர விரைவில் குணமாகும்.

இவ்விலையை நிழலிலுலர்த்தி சூரணித்து காலை மாலை ½ டீஸ்பூன் வீதம் பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர நீரிழிவு என்னும் அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல்; படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்தல் நீர் எரிச்சல் குணமாவது திண்ணம்.

இது விந்தைக் கட்ட கூடிய பிரதான மூலிகை. விந்து கட்டினால் உடல் கட்டும் என்பது விதி.

இதன் இலைகளை சேகரித்து முன் போல் நிழலிலுலர்த்தி சூரணித்து சமனளவு கற்கண்டு தூள் கூட்டி வேளைக்கு 1 டீஸ்பூன் காலை 6 மாலை 6 மணிக்கு காய்ச்சிய பசுவின் பாலில் சாப்பிட்டுவர உடல் உரமாகும்.

இதன் இலைச் சாற்றை தண்ணீரில் ஊற்றி வைக்க ஐஸ் கட்டிபோல் தண்ணீர் கட்டி விடும். சாதாரணமாக தண்ணீரில் சர்க்கரை கலந்து சிறிது குங்குமப்பூ சேர்த்து இதன் சாற்றை விட்டு கலக்கி மூடிவைத்து அல்வா பக்குவத்திலெடுத்து அல்வா போல் சாப்பிடலாம். இது ஆண்களுக்கு சிறந்த டானிக். இதை விவரமாக சொல்லத் தேவையில்லை. இதை கர்ப்பிணிகள் சாப்பிட்டு வர மேற்படி குழந்தைகள் சிகப்பு நிறமாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் பிறக்கும்.

பொதுவாக இம்மூலிகை குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, மலமிளக்கி உடற்றேற்றி குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

19. சிறு செறுப்படி

Mollugo Lotoides Syn

தெலு :	செப்பு தட்டாக்கு	சம :	பிஸ்சட்டா

இது கோடை காலங்களில் வற்றிய குளம், குட்டை, கால்வாய்கள், பள்ளங்கள், ஏரிகள் இவற்றில் தரையோடு தரையாக படரும் கொடியினம். இதில் பெருஞ்செருப்படை என்ற இனமும் உண்டு. எனினும் சிறு செருப்படையே சிறந்தது.

"செருப்படைக்கு வாத மந்தஞ் சேர்வானமேக
மிருப்பிடகொள் பொல்லா இசிவும் - விருப்படிக்குஞ்
சூலையொடு வாதகுன்மத் தோற்றா தொருநாளும்
வேலையொத்த கண்ணாய் விளம்பு."

இ-ள் : செருப்படைக்கு வாதநோய், மேகநோய் கழுத்திசிவு, வெள்ளை வீழ்தல், சூலை, குன்மம் இவைகள் நீங்கும் என்பதாம்.

சிறு செருப்படையும், வெள்ளை வெங்காயத்தையும் இடித்து சாறு வாங்கி நன்கு வடிகட்டி தினம் காலை ஒரு வேளை அரை ஆழாக்கு கொடுக்க பேதியாகும்.

வல்லாரை கற்பம்

அவுரி இலை, கரிசலாங்கண்ணி, குப்பைமேனி, கொட்டைக் கரந்தை, வல்லாரை, மஞ்சள் கரிசாலை, செருப்படை இவைகளை நிழலிலுலர்த்தி சமனெடையாக எடுத்துச் சூரணித்து சுரைக் குடுக்கையில் வைத்துக் கொள்ளவும். வேளைக்கு திரிகடி பிரமாணம் தேனில் இரு வேளை ஒரு மண்டலம் கொடுத்து வரவும்.

இதனால் வயிற்றுக் கிருமிகள், கில்வாதம், சர்பவிஷம், ஸ்திரீகளுக்கு ஏற்படும் சூதக்கட்டி இவைகள் நீங்கும். தேகம் பொன்னிறமாகும். இது கற்ப முறைகளில் ஒன்றாக கூறப்பட்டுள்ளது.

இம்மருந்தை உட்கொள்ளும்போது புளி, புகையிலை நீக்க வேண்டியது அவசியம்.

பொதுவாக செருப்படை உற்சாககாரி, மலகாரி, சிறுநீர் பெருக்கி குணங்கள் கொண்டது.

20. சீந்தில்

Tinospora cordifolla Miers

தெலு	:	சோமிதா	சம	:	குடுசி
கன்	:	அமிர்தவல்லி	ஹிந்	:	குல்பி
மலை	:	அம்ரிதா			

சிந்தில் கொடியினத்தைச் சேர்ந்தது. இதில் பொற்சிந்தில் T. Malabarica என்ற மற்றொரு இனமும் உண்டு.

'பேய்ச் சிந்தில்' என்பது கருடன் கிழங்குக்கு பெயர். சிந்திலுக்கு அமிர்தக் கொடி, சோமவல்லி என்ற பெயர்களுமுண்டு. இது மணி, மந்திரம், ஔடதம் யாவற்றிற்கும் பயன்படும் கற்ப மூலிகையாம். இது எவ்வளவு உயரமானாலும், நீளமானாலும் படரக்கூடியது. இக்கொடிகளில் மெல்லிய நூல் போன்ற விழுதுகள் ஏராளமாக தொங்கும்.

வேதகாலங்களில் நடந்ததாகக் கூறப்படும் "அபிமிருத்யு ஹோமம்" போன்ற யாகங்களில் பிரதான எரி பொருளாக இதைப் பயன் படுத்தினர். இதன் புகையை சுவாசிப்பவர்களுக்கு நோய்கள் தீரும் என்பதாம்.

"ஈங்குப் பெருந்தாகம் என்புருக்கி ரத்தபித்தம்
ஓங்கும் மதுமேக முட்டிணம் போம் - ஓங்கிவளர்
கூந்தல் முடிமாதே கூறுஞ் சஞ்சிவி யெனுஞ்
சிந்தில் சருக்கரையின் சீர்."

இ-ள் : (சிந்தில் கொடியில் எடுக்கும் உப்பிற்கு சிந்தில் சர்க்கரை என்று பெயர்.) இதனால் அதிக தாகம், என்புருக்கி நோய், இரத்தவாந்தி, கணச்சூடு, மது மேகம் தீரும் என்பதாம்.

சிந்திலை சாகா மூலியென்றும், சஞ்சிவி என்றும் பெரியோர்கள் சொல்வதுண்டு. இக்கொடியை ஒரு மரத்தின் மீது போட்டுவிட்டால் தானாகவே படர்ந்து மெல்லிய கொடிகளைக் கீழே இறக்கி தரையில் ஊன்றிக் கொள்ளும்.

இதனுடைய முதிர்ந்த கொடிகளை எடுத்து மேல் புறணியை நீக்கி சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி நிழலில் உலர்த்தவும், பிறகு இடித்து தூளாக்குவதற்கு முன் வெய்யிலில் உலர்த்தி சூர்ணம் செய்து அதன் அளவுக்கு கற்கண்டு தூள் சேர்த்து ஆறு மாதங்கள் தினம் காலை மாலை வேளைக்கு அரைத் தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டு காய்ச்சிய பசும்பால் அருந்திவர மேனி வலுக்கும்; ஆயுள் நீடிக்கும். கற்பமாக உண்ணும்போது வருடக்கணக்கில் சாப்பிடவும்.

மது மேகமுள்ளவர்கள் (Diabetis Mellitus) பனஞ்சர்க்கரை (அ) பனங்கற்கண்டு சேர்த்து சாப்பிடலாம். அவர்களுக்கு ஏற்படும் கை, கால், அசதி, பெருந்தாகம், எடை குறைவு, தூக்கமின்மை முதலியவைகள் தீரும். மேலும் அவர்களுக்கு உடலில் சுருக் சுருக் என்று குத்துதல் (Diabetis Neuritis) மற்றும் கண் மங்குதல் குணமாகும்.

வீணே பிரதி தினம் இன்சுலின் ஊசிகள் உயிருள்ள வரையிலும் குத்திக் கொண்டு சித்திரவதை படுவானேன்.

சிந்திலுக்கு சிறுநீர் பெருக்கி, உரமாக்கி, வெப்பமகற்றி, உடல் தேற்றி, காமம் பெருக்கி குணங்கள் உண்டு.

21. செங்கத்தாரி
(Ventilago madraspatana Gaertn)

தெலு	:	எட்டசுருகுடு	சம	:	ரக்தவல்லி
கன்	:	புப்பலி	ஹிந்	:	பிட்டி

இது புதர்களில் வளரும் கொடியினம். இதன் வேர் பட்டை சடைபோல் அடுக்கடுக்காக இருக்கும். கரும் சிவப்பு நிறம் பெற்றிருக்கும். இதை சுருள்பட்டை (அ) வெம்பாடம் பட்டை என்பர்.

மேலும் சூரை இனத்தைச் சேர்ந்த மற்றொரு சிறிய வரவகுப்பிற்கும் செங்கத்தாரி என்ற பெயர் உண்டு. இதன் தாவர இயற்பெயர் Capparis Deciduc Edgew என்பதாகும். இதன் வேர்ப்பட்டை இதய நோய்கள், இரைப்பிருமல் (ஆஸ்த்துமா) ஆகியவற்றை குணப்படுத்துவது. இவ்வினம் திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில் காணப்படும்.

"செங்கத்தாரி சடைக்கு திராத வன்மேகம்
பொங்கி வரும் கிரந்திப் புண்புரைகள் - தங்குகின்ற
சந்திகசிலேஷ்மந் தனித்த மகாவாத
முந்தி விட்டோடு மொழி"

இ-ள் : செங்கத்தாரி வேர்பட்டையால் பிரமேகநீர் ஓட்டுப் புண் புரைகள், கில்களை வீங்கச் செய்கின்ற கபமகா வாதம் இவைகள் நீங்கும் என்பதாம்.

சுருள்பட்டை நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். இப்பட்டையை ஒன்று இரண்டாக இடித்து 100 கிராம் அளவிற்கு எடுத்து அரை லிட்டர் கடலை எண்ணையில் போட்டு ஒரு வாரம் ஊறினபின் பார்க்க எண்ணை சிவந்த நீல நிறமாயிருக்கும். எண்ணையை வடித்து வைக்கவும். இவ் வெண்ணையை சொறி, சிரங்குகளுக்கு காலையில் மேல் பூச்சாக தடவி மாலையில் கடலை மாவு தேய்த்து கழுவி விடவும். ஐந்தாறு தினங்களில் புண்கள் உலர்ந்துவிடும்.

ஆயிரக்கணக்கான நோய்கள் நம் உடலிலுள்ள மேக நீரினால் உண்டாவதாகும். இந்நூலில் கூறப்பட்டுள்ள கற்ப மூலிகைகளின் சூரணங்களுடன் பத்துக்கொன்று மேற்படி சுருள் பட்டை சூரணம் சேர்த்து சமளவு கற்கண்டுத் தூள் சேர்த்து சாப்பிட்டு வந்தால் கடுமையான மேகநீரை மலஜலம் வழியாக வெளித்தள்ளும் சக்தி வாய்ந்தது.

இந்தப் பட்டையை ஒவ்வாமை, பீனிசம். போன்ற நோய்களையும் கண்டிக்கும்.

இது சங்கோசன காரி, வியாத பேதகாரி குணங்கள் கொண்டது.

22. செங்கழுநீர்
(Nymphaea Lotus)

தெலு	:	நிருகஞ்சா	மலை	:	செங்கழுநீர்

கழுநீர் என்னும் நீர் தாவரத்தில் மூன்று வகை உண்டு. அவை வெண்மை, நீலம், சிவப்பு மலர்களை கொண்டதாகும். இப்பூக்களின் அமைப்பும், கொடியின் அமைப்பும் பார்ப்பதற்கு அல்லியை ஒத்திருக்கும். ஆயினும் இதன் மலர்கள் தாமரையை

போல் காலையில் மலர்ந்து பிற்பகலில் மூடிக்கொள்ளும் தன்மை கொண்டது. சிவப்பு மலர்களைக் கொண்ட செங்கழுநீர் பூக்களில் ஒரு பிரத்யேக நறுமணம் வீசும். இது ஒரு தெய்வீக மூலிகை.

செங்கை மாவட்டத்தில் செங்கழுநீர் மலிந்து காணப் பட்டதாலேயே செங்கழுநீர்பட்டு (செங்கல்பட்டு) என்ற பெயர் சூடிக்கொண்டது. ஆயினும் தற்காலத்தில் காண்பதரிது.

இக்காலத்திலும் செங்கழுநீர் ஓடைத்தெரு, செங்கழுநீர் பிள்ளையார் கோயில் என்று பல இடங்களில் இதன் பெயர் சூட்டப்பட்டுள்ளதனால் இதன் சிறப்பை அறியலாம்.

"கல்லெனும் பாஷாணத்தை கட்டுவிக்கு மேகத்தைக்
கொல்லு முடலைக் குளிர்விக்கும் - உல்லாசம்
ஆக்கு முயிர் நிலையை யாதரிக்கு மெஞ்ஞான்றும்
மாக் கலவ மூலி மகிமை."

இ-ள் : மாக்கலவ மூலி என்றால் செங்கழுநீர். இது வெள்ளைப் பாஷாணம் நெருப்புக் கோடாமல் கட்டும். மேக அழலையை போக்கி உடலைக் குளிர்விக்கும். மனத்திற்கு மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தும். மேலும் உயிரை நீண்டகாலம் நிலைக்கச் செய்யும் கற்ப மூலிகை இது என்பதாம்.

எமது இல்லத்தில் இதை பொன்னை போல போற்றி வளர்க்கின்றோம். இதில் மாசிமகம் முதல் ஆடி அமாவாசை முடிய தினம் தினம் புதிய மலர்கள் தோன்றுகின்றன.

செங்கழுநீர் கிழங்கை நிழலிலுர்த்தி பொடித்து சமன் சீனி சேர்த்து காலை மாலை வேளைக்கு அரை டீஸ்பூன் வீதம் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டுவர விந்து தடிப்பேறும் உடல் தழைக்கும். நோய்கள் வராமல் தடுக்கும். இது ஒரு கற்ப மருந்து. இக்கிழங்கை முடிவளர் தைலங்களில் சேர்த்து காய்ச்சி தலையில் தடவிவர முடி வளர்வதோடன்றி கண்கள் பிரகாசமடையும்.

ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் சுத்தமான நல்லெண்ணை 100 கிராமில், 25 கிராம் செங்கழுநீர் பூவிதழ்களை போட்டு 10

நாட்கள் சூரிய புடம் வைத்து சுத்தமான துணியில் வடிகட்டி சீசாவில் பத்திரப்படுத்துக.

இதை காலை - மாலை வேளைக்கு 1 சொட்டு வீதம் கண்களில் விட்டுவர கண்படலம் வராது. வந்திருந்தால் ஆரம்ப காலத்தில் இதைப் பயன்படுத்தி வந்தால் குணமாகும்.

இது கிடைப்பதரிதானாலும் ஆர்வமிருந்தால் முயற்சி செய்தால் வெற்றி நிச்சயம்.

பொதுவாக செங்கழுநீர் தாவரம் பித்தமடக்கி குளிர்ச்சி யுண்டாக்கும் குணங்களுடையது.

23. தாமரை
(Nelumbo nucifra Syn)

தெலு	:	தாமரர	சம	:	கமல்
கன்	:	தாமரா	ஹிந்	:	கான்வல்
மலை	:	ஆம்பல்	வங்காளம்	:	பத்மம்

தாமரையில் வெண்மை, செம்மை, நீலம், மஞ்சள் பூக்களை விடுகின்ற பல இனங்களுண்டு.

தாமரைப்பூக்களுக்கு அரவிந்தம், சரோஜம், புண்டரீகம், பங்கஜம், நளினம் என்று பல பெயர்கள் உண்டு. இது நீரில் வளரும் கொடியினம்.

"பருத்த நற்றாமரைப்பூ பல்வாந்தி நோயைத்
துரத்தி விடும் இன்னுஞ் சொலவோ - கரத்தில்
எடுத்தணைக் கண்குளிரும் ஏகுஞ் சுரமும்
எடுத்த விதாகமும் போம்எண்."

இ-ள் : தாமரைப்பூவால் பலவிதமான வமன ரோகம் வெப்பத்தாற் பிறந்த விழி]எரிச்சல், சுரம் விதாகம் இவை களைப் போக்கும் என்பதாம்.,

வெண்தாமரைப்பூ விதழ்களை உண்பதால் இருதய நோய்கள் திரும். நீடித்து உண்ண ஆண்மை குறையும். ஆனால் இதன் மகரந்தத்தூளை சேமித்து உள்ளுக்குக் கொடுத்துவர அலி என்னும் பேடி ஆண்மை பெறுவான்.

தாமரை இலையில் அன்னம் புசித்தால் அனேக ரோகங்கள் ஏற்படும். தரித்திரம் உண்டாகும்.

கோழை என்னும் கபம் நமக்கு காலன். மனிதனின் ஆயுட்காலம் 120 ஆண்டுகள் என சித்தர்கள் வகுத்துள்ளனர். நமது உடலில் இயங்கும் வாத பித்த சிலேத்துமம் என்ற நாடிகளில் மேற்படி ஆயுட்காலத்தில் 1 முதல் 40 ஆண்டுகள் வரை வாதம் உயர்ந்திருக்கும். பின் 80 வயது வரை பித்தம் மீறும். பின் 120 வயுது வரை சிலேத்துமம் அதாவது கபம் ஆதிக்கம் செய்யும்.

ஆனால் இக்காலத்திற்கேற்ப மொத்த ஆயுளை 90 எனக் கொண்டு 30 வயது வரை வாதம், 60 வரை பித்தமும் 90 வரை கபம் ஆதிக்கம் பெறும் எனக் கொள்ள வேண்டும்.

இதில் நாம் முப்பதுக்கு மேல் பித்த ஆதிக்கம் வராமல் தடுக்க தெரிந்து கொண்டோமானால் பித்தத்தை தாண்டி சிலேத்தும ஆதிக்கத்தை தள்ளிப் போடலாம். அப்போது ஆயுள் பெருகும்.

கபம் அண்டவிடாமல் தகுந்த உணவு வகைகளையும் மருந்துகளையும் உட்கொள்ள அறிதல் வேண்டும். சித்தர்கள் இந்த கப ஆதிக்கத்தை வராமல் தடுக்கவே கற்ப மருந்துகளை சாப்பிட்டு சாதனை புரிதல் வேண்டுமென்றனர். மேலும் உடலிலுள்ள கல்லீரல், மண்ணீரல் இதயம், சிறுநீரகங்கள் இவைகள் பலம் குன்றாமல் பாதுகாக்கப்படவேண்டும்.

தாமரைப்பூ வெள்ளை (அ) சிவப்பு இதழ்களை துண்டுகளாக்கி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். இதில்

தேக்கரண்டியளவு எடுத்து ஒரு கோப்பைத் தண்ணீரிலிட்டு வெள்ளை மிளகு எண்ணிக்கையில் 5 எடுத்துப் பொடி செய்து அத்தண்ணீரில் போட்டு பாதியளவு சுண்டும்படி காய்ச்சி வடிகட்டி காய்ச்சிய பசும்பாலில் சேர்த்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டுவர மூன்று நோயால் மரணம் வராது ஆயுள் நீடிக்கும். கல்லீரல் பலப் படும். மேக உஷ்ணத்தை தகிக்கும்.

காபி, டீ பழக்கத்தை விட முடியாதவர்கள் மேற்படி கஷாயத்தில் காபி, டீ போட்டு காய்ச்சி பால் சேர்த்து சாப்பிடலாம். பாதி பலனாவது கிட்டட்டும். நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும் தாமரை வளையம் உடலுக்கு மிகவும் சிறந்தது. இதை வற்றல் போல வறுத்து உணவுடன் சாப்பிடலாம். ருசியாகவும் இருக்கும்.

ஹிந்துக்கள் செந்தாமரையில் லட்சுமியையும், வெண் தாமரையில் சரஸ்வதியையும் உட்காரவைத்துள்ளனரே ஏன்? அது உள்ளத்தையும் உடலையும் தேற்றக் கூடியது என்பது மறை பொருளாகும். ஆனால் மதமும், அதன் தத்துவங்களையும் புறத்தே காட்டினர். தன்னை காப்பாற்றிக் கொண்டால் மட்டும் போதாது. மக்களனைவரும் சுகமாயிருக்க வேண்டுமென்று சாத்திரங்கள், புராணங்கள், மருத்துவம், ஜோதிடம் முதலிய கலைகளை எழுதி வைத்தவர்கள் மஹான்களாயிற்றே.

தாமரைப்பூ - கோழையகற்றி: சமனகாரி

தாமரைக் கிழங்கு - உள்ளழலாற்றி

தாமரை விதை - உரமாக்கி, குணங்களைப் பெற்றது.

24. தும்பை

(Leucas aspera Spreng)

தெலு	:	தும்மசெட்டு	சம	:	துரோணபுஷ்பி
கன்	:	தும்பா	ஹிந்	:	சோடாஹல்குசா
மலை	:	தும்ப			

தும்பை எங்கும் தானாக வளரும் சிறிய செடியினம். இதில் பல வகை உண்டு. எனினும் சிறுதும்பை, பெருந்தும்பை, கலிழ்த்தும்பை முக்கியமானதாகும்.

பெருந்தும்பைக்கு பேய் மிரட்டி என்ற வேறு பெயரும் உண்டு. இதில் இரண்டுவகை உண்டு. நீள இலைகளை கொண்டதை ஒற்றைப் பிரமட்டை என்றும் வட்ட இலைகள் கொண்டதை இரட்டைப் பிரமட்டை என்றும் வெதுப்படக்கி என்றும் கூறுவர்.

"சீறுகின்ற பாம்போடு சில்விடங்கால் சென்னிவலி
ஏறுகபம் மாந்தம் இருக்குமோ - நாலுமலர்க்
கொம்பனைய மாதே குளிர் சீதசந்நி விடுந்'
தும்பையிலை யென்றொருக் காற் சொல்."

இ-ள் : தும்பையிலையால் சர்பவிஷங்கள், தலைவலி கபதோஷம், அக்னி மந்தம், சிலேத்தும நோய்கள் சந்நி இவைகள் நீங்கும் என்பதாம்.

இச்செடியை சமூலமாக எடுத்து மண் இல்லாமல் நீரில் சுத்தப்படுத்தி நிழலில் காயவைத்து தூள் செய்வதற்கு முன் வெயிலில் இரண்டுமணி நேரம் உலர்த்தவும். பிறகு இடித்து சன்னமான தூளாய் வடித்து கற்கண்டுத்தூள் அல்லது நாட்டுச்சர்க்கரை சேர்த்து காலை மாலை அரை தேக்கரண்டியளவு பசும்பாலில் சாப்பிட பாண்டு சோகை என்னும் ரத்தமின்மை நோய்கள் நீங்கும்.

விஷப்பாண்டு என்னும் (Leukamia) ரத்தப்புற்று நோய்க்கு மண்டூரச் செந்தூரத்துடன் சேர்த்துக் கொடுக்க குணமாகும்.

தும்பை இலையையும் அவுரி இலையையும் சமளவு எடுத்து அதனளவுக்கு ஒன்பதில் ஒருபங்களவு மேல் தோல் நீக்கிய மிளகை பொடி செய்து சேர்த்தரைத்து பட்டாணியளவு மாத்திரைகள் உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைக்கவும்.

நாகம் என்னும் நல்லபாம்பு கடிக்கு மணிக்கொரு மாத்திரை உள்ளுக்கு கொடுத்தால் மூன்று மாத்திரைகள் முடிவதற்குள் விஷம் ஓடிப்போகும். இதுபோல் கட்டுவிரியன் போன்ற மற்ற பாம்புகடி விஷங்களுக்கு கொடுத்து விஷம் இறங்கினாலும் தொடர்ந்து மூன்று நாட்களுக்கு மருந்தை கொடுத்து உப்பில்லா பத்தியமாக இருக்கச் செய்யவேண்டும்.

இம்மருந்து கையிலிருந்தால் பாம்பு விஷத்தால் எவனும் சாக மாட்டான். விஷம் தீண்டி நினைவில்லாதிருப்பவர்களுக்கு தாய்ப்பால், பசும்பால் அல்லது தேங்காய்ப் பாலில் கரைத்து கண்களில் காதுகளில் ஓரிரு துளி விட்டு பின் பல் கிட்டியிருந்தால் கிட்டியினால் மெதுவாக வாயை லேசாக திறந்து உள்ளுக்கு இக்கரைசலை செலுத்த கண்விழிப்பர். உச்சியில் விட்டு தேய்த்தாலும் விஷமிறங்கும்.

மஞ்சள் காமாலை நோயாளிகளுக்கு தும்பை இலைச் சாற்றை உச்சியில் தேய்த்து உள்ளுக்கு தேவையான மற்ற மருந்துகள் கொடுத்துவர விரைவில் குணமாகும்.

தொண்டையில் வீக்கம், புற்றுநோய், உள்ளவர்கள் தும்பைச் செடி அருகில் அமர்ந்து கொண்டு அதன் பூக்களில் நாற்பதை மென்று விழுங்கவும். சிறிது நேரம் தொண்டை கரகரப்பாக இருக்கும். இப்படி இருபது முதல் நாற்பது நாட்கள் வரை சாப்பிட்டுவர குணமாகும்.

பாம்பின் விஷத்தையே அகற்றும் மூலிகையாதலால் மரணத்தை உண்டு பண்ணும். நம் உடலிலுள்ள பல விஷநீர்களை அகற்றி ரத்தத்தை சுத்தி செய்து ஆயுளை நீட்டவல்ல ஓர் கற்பமூலிகை இதுவென்பதை நாம் அறிகிறோமல்லவா?

கபப்பிணிகள் தாக்கும் நம் பாலர்களை தும்பைப்பூவை தின்னும்படி செய்யலாம். ஒரு முறை காட்டிக் கொடுத்தால் நம் உதவியின்றி அவர்களே பறித்து சாப்பிட்டுப் பயனடைவது உறுதி.

தும்பையைப் பயன்படுத்தும்போது உணவில் கண்டிப்பாக புளி சேர்க்கக்கூடாது.

இது கோழையகற்றி, வெப்பமுண்டாக்கி, ருதுவுண்டாக்கி, விஷம் போக்கி குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

25. துளசி
(Ocimum santum Linn)

இதை எல்லா மொழிகளிலும் துளசி என்று தான் அழைக்கின்றனர். துளசி எங்கும் வளரும் சிறிய செடியினம். இது திருமாலின் மூலிகையாகும்.

திருமாலின் நிறம் நீலம்! அவர் சயனித்திருப்பது ஆதி சேஷன் மேல்! இருப்பதோ நீலநிறக் கடலில்! எல்லாம் குளிர்ச்சியை காட்டுகிறது. ஆனால் அர்ச்சிக்கப் பயன்படுவதோ உஷ்ணவீர்யம் உள்ள துளசி இலைகளால். இது ஒரு தத்துவம், அதாவது சிலேத்தும நோய்களுக்கு சஞ்சீவி போன்றது துளசி என்பதாம்.

நமது தேசத்தில் இருப்பத்திரண்டு துளசி வகை உள்ளன. அவற்றில் நாம் பொதுவாக காண்பது நல்துளசி (ராமதுளசி) கருந்துளசி (கிருஷ்ணதுளசி) நாய் துளசி (கஞ்சாங்கோரை) மற்றும் எலுமிச்சம் துளசி, கற்பூரத்துளசி, செந்துளசி, நிலத் துளசி, நீர்த்துளசி, கல்துளசி, முள்துளசி முதலியன.

"ஐயம் வயிறுளைச்ச லஸ்தி சுரந்தாகமும் போம்
பைய சுர மாந்தம் பறக்குங்காண் - மெய்யாக
வாயினரோசகம் போம் வன்காரஞ்சூடுள்ள
தூய துளசி தனைச்சொல்."

இ-ள் : கார்ப்பும், வெப்பமும் உள்ள துளசியினால் கப தோஷம், வயிறுளைதல், அஸ்தி, தாது, சுரம், தாகம், மாந்த சுரம், அருசி இவைபோம் என்க.

வைணவ கோயில்களில் துளசியினால் மூலவருக்கு அர்ச்சனை செய்வதோடின்றி, இதை தண்ணீர்விட்டு தீர்த்தம் என்று நமக்கு ஒரு உச்சிக்கரண்டி கொடுக்கிறார்கள். இதனால் என்ன பயன் என்று நாம் சிந்திப்பதில்லை, சுவாமி பிரசாத மென்று பயபக்தியுடன் சாப்பிடுகிறோம். இது என்றோ ஒரு நாள் நடப்பது.

ஹிந்துக்கள் வீடுகளில் பொதுவாக பூஜை அறை என்று ஒரு சிறு அறையிருக்கும். இதில் பெருமாள், அம்பாள், முருகன், சிவன், விநாயகர் என பல படங்கள் இருக்கும். தினம் இங்கு பூஜை செய்த பின்பே மற்ற காரியம் பார்ப்பர். சைவர்கள் வில்வத்தைக் கொண்டு அர்ச்சித்தும், வைணவர்கள் துளசி தீர்த்தம் சாப்பிட்ட பிறகே உணவு உண்ணச் செல்வர்.

துளசியின் மருத்துவ குணங்களை ஆராய்ந்தோமானால் நம் முன்னோர்கள் எத்தனை அறிஞர்கள் என்பதை அறியலாம்.

துளசி தீர்த்தத்தை பிரதி தினமும் எப்போதும் தொடர்ந்து சாப்பிடுபவர்களுக்கு புற்றுநோய் அணுகாது.

புற்று நோய் (எந்த உறுப்பிலிருப்பினும்) துளசி இலை இருபத்தொன்று, மிளகு ஆறு சேர்த்து பசுமோர் விட்டரைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் தொடர்ந்து நாற்பது நாட்கள் சாப்பிட குணம் காணலாம்.

குழந்தைகளுக்கு இது ஓர் சஞ்சீவி. குழந்தைகளுக்கு அவ்வப்போது சளி, இருமல், சுரம் வந்தால் டாக்டர்கள் அந்நோய்க்கு பிரைமரி காம்ப்ளக்ஸ் (Primary Complex) என்று பெரிய பெயரிட்டு ஸ்ரெப்டோமைசின் (Streptomycin) என்ற ஊசிகள் கணக்கின்றி ஏற்றுவர். இம்மருந்தை ஆங்கிலத்தில் (Antibiotics) என்பர்.

இம்மருந்து உடலில் உள்ள உயிரணுக்களைக் கொன்று இயற்கையில் உள்ள நோய் எதிர்ப்பு சக்தியைக் குறைத்து விடுகிறது. இச்சிகிச்சை முடிந்த பின்பு டாக்டர்கள் (X-Ray) படம் எடுத்துப் பார்த்துவிட்டு நோய் நீங்கி விட்டது என்பர். ஆனாலும் அக்குழந்தைகளுக்கு சளி, இருமல் தொல்லை இருந்த வண்ணமிருக்கும். அது மட்டுமின்றி நாளுக்கு நாள் மெலிந்து விடும். சில குழந்தைகளுக்கு காது கூட கேட்பதில் மந்தமாகும்.

குழந்தைகளுக்கு சளி, கபம் அடிக்கடி பிடிக்கும். அதில் தப்பில்லை. அதற்காக துளசி இலை இருக்கையில் ஊசிகள் ஏன்?

இரவில் ஒரு கோப்பையில் காய்ச்சி ஆறிய தண்ணீர் விட்டு அதில் ஏழு துளசி இலைகளைப் போட்டு மூடி மறுநாள் காலை வெறும் வயிற்றில் வயதுக்கு தக்கவாறு ஒரு பாலாடை முதல் அரை கோப்பை வரையில் கொடுத்துவர அடிக்கடி வரும் ஈளை, இருமல், சுரம் முதலிய நோய்கள் குணமாவது தவிர அது நோய் தடுப்பு மருந்தாகவும் பயன்படும்.

துளசி இலைகளை புட்டவியிலாக வேக வைத்து சார் பிழிந்து ஒரு தேக்கரண்டியளவு எடுத்து கொஞ்சம் தேன் கூட்டி சுரம், சளி முதலிய கப நோய்களுக்கு கொடுக்க இரண்டு வேளைகளிலேயே குணமாகும்.

பிணத்தின் கீழ் மேல் துளசியிலைகளை பரப்பி மூடி வைத்தால் அப்பிணம் இரண்டு மூன்று நாட்கள் வரை அழுகாது காக்கும் தன்மை பெற்றது.

பிணத்தையே அழுகாது காக்கும் மூலிகை உயிருடன் வாழும் நம்மை காப்பதில் ஐயமுண்டா!

இந்துக்களின் வீடுகளில் துளசி செடியை தொட்டியில் வைத்து பிரதி தினமும் வணங்குவர். இதை 'துளசி மாடம்' என்பர். நம் மூதாதையர் காலத்திலிருந்து வரும் இப்பழ க்கதினால் அவர்தம் மருத்துவ ஞானத்தை என்னென்று சொல்வது.

ஆங்கில ஆடம்பர மருத்துவம் இந்நாட்டில் முந்நூறு வருடங்களுக்கு முன் நுழைந்தது. அதற்கு முன் நம் முன்னோர்கள் பல்லாயிரம் ஆண்டுகளாக ஊசியை நம்பித்தான் ஆரோக்கியமாகவும், அமைதியாகவும் வாழ்ந்தார்களா? சிந்தனைக்குரியது.

நாகரீகம் என்ற பெயரால் அநாகரீகமான பல பழக்கங்களை நாம் மேற்கொண்டு பல நோய்களை வருவித்துக் கொள்கிறோம். நம் மூதாதையர்களை விஞ்ஞானம் தெரியா அஞ்ஞானிகள் என சிலர் எண்ணுகின்றனர். மக்கள் நல்வாழ்வு வாழ வேண்டுமென்று சிந்திக்கும் வைத்தியம், ஞானம், யோகம் முதலியவைகளை இரவு பகலாக ஓலை ஏடுகளில் நம் மூதாதையர்கள் எழுதி வைத்துள்ளனர்.

ஆகவே அவர்கள் காட்டிய துளசியை வணங்குங்கள்; உபயோகியுங்கள்; நீடூழியாய் ஆரோக்கியத்துடன் வாழுங்கள்.

துளசியானது உஷ்ணகாரி, கபஹரகாரி, ஸ்வேதகாரி, அந்தர்ஸ்நிக்தகாரி குணங்களுடையது.

26. தூதுளை
(Solanum trilobatum Linn)

தெலு	:	முள்ளமுஸ்டி	மலை	:	முள்கத்தாரி
கன்	:	முள்ளமுஸ்டி	சம	:	அலர்கா

தூதுளையானது இலை, தண்டு, இவைகளில் சிறிய முட்களைக் கொண்டதான கொடியினம். இதன் பூ அழகிய ஊதா நிறம் கொண்ட கத்தரிப்பூ போன்றிருக்கும். இது கத்தரி இனத்தைச் சார்ந்தது. இதில் வெள்ளைப் பூவிடும். இனம் கற்ப மூலிகையாகும்.

"தூது பத்திரியுண் சுவையாக்கும் பூ
தாதுவைத் தழைப்பித்திடும் காயது

வாத பித்த கபத்தையு மாற்றுவேர்
ஓது வல்லிபன் நோயு மொழிக்குமே"

இ-ள் : தூதுளை இலை உண்டிக்கு சுவையைத்தரும். பூ ஆண்மையை பெருக்கும். காய் - வாதபித்த கப ரோகங்களை போக்கும், வேர், இலை - இருமல், இரைப்பு நோயை போக்கும்.

இதன் காய்களை மோரிலிட்டு உப்பு சேர்த்து வற்றலாக்கி வறுத்துண்ணலாம். இதன் பழங்களை பீங்கானிலிட்டு மூழ்க தேன்விட்டு பத்து நாட்கள் வெய்யிலில் வைத்து பின் சீசாவில் பத்திரப்படுத்தவும். வேண்டும் போது இரவு நேரத்தில் ஐந்து பழங்கள் வீதம் மென்று தின்று சிறிது பசும்பால் அருந்திவர கபநோய்கள் நீங்கும்.

இதன் பூக்களை நெய்யில் வதக்கி தயிர் சேர்த்து பச்சடி செய்து உணவுடன் உட்கொண்டுவர மிகவும் ருசியாக இருக்கும். விந்துவைக் கட்டும்.

இதன் வேரை நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு, தாம்பூலம் தரிக்கும்போது பாக்குடன் மேற்படி வேரை சிறிதளவு சேர்த்து தின்றுவர முத்தோஷம் நீங்கும்.

வள்ளலார் போற்றிய கற்பமூலிகை இரண்டு. ஒன்று கரிசாலை, மற்றொன்று தூதுளை. இதை வேலி மற்றும் காம்பௌண்டு சுவர்களின் ஓரத்தில் நட்டு அதன் மேல் படர விட்டால் நமக்குத் தேவையான இலை, பூ, காய், பழம் கிடைப்பதோடு இக்கொடியில் மலிந்துள்ள முட்கள் துன் மார்க்கர்கள் சுவர் ஏறி குதிக்காமல் பாதுகாக்கும்.

இதன் ஐந்தாறு இலைகளை மிளகு ரசத்தில் கறிவேப்பிலைபோல் போட்டு காய்ச்சி உணவுடன் கொள்ள கப நோயுள்ளவர்களுக்கு பெரும் பயனளிக்கும். நோயற்ற வர்களும் உண்ணலாம்.

இதன் இலைகளை பசும்பாலில் புட்டவியல் செய்து நிழலி லுர்த்தி பொடி செய்து காலை மாலை ஒரு கிராம் அளவு தேனில் உட்கொண்டுவர ஈளை, கோழை, கபம், இருமல் குணமாகும். இதை காய்ச்சிய பசும்பாலில் சாப்பிடலாம்.

இது பொதுவாக கோழை சேராது பாதுகாத்து ஆயுளை நீட்டிக்கும் கற்பமூலிகையாகும். இது கபஹரகாரி, பலகாரி, குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

27. நத்தைச் சூரி
(Borreria hispida Syn)

தெலு	:	மதனாசெட்டு	சம	:	மதன்கந்தா
மலை	:	தார்ட்டவேல்	ஹிந்	:	மதனாகந்தி

இது ஒரு சிறிய செடியினம். அஃதின்றி தரையில் படரும் சிறிய கொடியினமும் உண்டு. இதில் நத்தைச் சுண்டி என்ற பெயர் கொண்ட செடியும் உண்டு. காட்டுவாசிகள் நத்தைகளை ஒரு பானையிலிட்டு நத்தை சுண்டி இலைகளை அதில் போட்டு ஓரிரு மணிநேரம் மூடிவைப்பர். பிறகு பானையை குலுக்கி கீழே கொட்டிப் பார்க்க நத்தையின் உடல் பகுதி தனியாகவும், ஓடுகள் தனியாகவும் பிரிந்திருக்கும் பின் தசைப்பகுதியை சேகரித்து உணவாகக் கொள்வர்.

இதற்கு குழிமிட்டான், தாருணி என்ற பெயர்களும் உண்டு. இதன் வேர் நன்னாரி போன்றிருக்கும்.

"சுத்தமுறு மாநத்தைச்சூரி பூண்டதனால்
மெத்த நலமேயுண்டாம் மேதினியில் - வித்திற்கோ
வெப்பமுறு பேதி வெண்சீதக் கட்டுபோம்
துப்பறிந்த மாதே நீ சொல்."

இ-ள் : நத்தைச்சூரி பூண்டால் தேகத்திலுள்ள பல பிணிகள் நீங்கி ஆயுள் பெருகும். இதன் விதையால் உஷ்ணபேதி சீதபேதி குணமாகும் என்பதாம்.

இதன் வேர் விசேஷமாக முலைப்பால் சுரப்பை அதிகரிக்க பயன்படுகிறது. ஐந்து கிராம் வேரை பால் விட்டரைத்து பசுவின் பாலிலிட்டு காய்ச்சி சீனி சேர்த்து சாப்பிடவேண்டும்.

இதன் விதைகள் காப்பிக் கொட்டைபோல் எள் அளவில் காணப்படும். இதை வறுத்து காப்பித் தூள் போல் காப்பிப் போட்டு குடித்துவர சிறு நீரகத்திலுள்ள கற்கள், சவ்வு கட்டிகள் கரையும். உதிரக் கொதிப்பு நீங்கும். இவ்விதைகள் நாட்டுமருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்.

இது வியாதாபேதகாரி, உடலுரமாக்கி குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

28. நறுந்தாளி
(Convolvulus Gemellus Linn)

சுமார் முப்பத்தைந்தாண்டுகளுக்கு முன் ஒரு நாள் நடுப்பகலில் சென்னை வியாசர்பாடியில் 'கரபாத்திர சுவாமிகள்' மடத்தின் குளக்கரையில் ஒரு சாமியார் தன் கையில் ஏதோ பச்சிலையை கசக்கி குழப்பி தன் உச்சந்தலையில் தேய்த்துக் கொண்டுவிட்டு அப்படியே உட்கார்ந்து விட்டார்.

சுமார் பதினைந்து நிமிடங்கள் கழித்து மேலும் அம் மூலிகை கற்கத்தை உடல் முழுவதும் தேய்த்துவிட்டு குளத்தில் இறங்கி குளித்துவிட்டு ஆனந்தமாக திரும்பினார்.

இதைப் பற்றி நான் (பலராமையா) விசாரித்து தெரிந்து கொண்டதில், தாளி எனப்படும் இவ்விலை கிரைகளுக்கு அரசன் என்றும் வாரம் ஒரு முறை இவ்விலைகளை தேய்த்துக் குளித்தால் கண் குளிரும் என்றும் தோல்வியாதிகள் அண்டாது என்றும் தன் சிறந்த அனுபவத்தைக் கூறினார்.

என்றும் இளமையைத் தரும் தினமும் பயன்படும் ஐந்து விதமான கிரைகளுள் தாளியே முதலிடம் பெறுகிறது.

"தாளி முருங்கை தழை தூதுளம் பசளை
வாளி வறுகிரையுந் நெய் வார்த்துண்ணி லாயியென
விஞ்சுவார் போகத்தில் வீம்புரைத்த பெண்களெல்லாம்
கெஞ்சுவார்பின்வாங்கிக் கொள்."

இதற்கு விளக்கம் தேவையில்லை. இப்பாடல் மூலம் நாம் தினமும் தாளிக்கிரை, முருங்கைக் கிரை, தூதுளைக் கிரை, அரைக்கிரை, சிறுபசளை என்னும் பசளைக் கிரை ஆகியவைகளை தவறாமல் பயன்படுத்த வேண்டும் என அறிகிறோம்.

தாளியில் இருவகையுண்டு 1. வெண்தாளி 2. செந்தாளி இது வேலிகளில் புதர்களில் தானாக படரும் கொடியினம். இலையை கசக்கினால் குழையுமே தவிர சாறு வராது. இக் கற்கத்தை தலையில் வைக்கும்போதே கண்கள் சில்லிடும்.

இக்கிரையை துவரம்பருப்புடன் மசியல் செய்து சிறிது நெய் சேர்த்துண்ன ருசியாக இருக்கும். பச்சையாகவும் உண்ணலாம். இதனால் வாய்ப்புண், வாய் நாற்றம் நீங்குகிறது. மேலும் வாய் முதல் குதம் வரை ஏற்படும் எல்லா புண்களையும் ஆற்றிவிடும் தேக வெப்பம், மேக நீரொழுக்கு, விந்து நட்டம் குணமாகும்.

இவ்விலையின் கற்கத்தை எலும்பு முறிவுக்கு மேற்பூச்சாக கட்டுபோடுவது சிலமருத்துவர்களின் அனுபவம்.

தாளிக்கிரையை பறித்தவுடன் சிறிது நேரத்தில் வதங்கி விடுவதால் வியாபாரத்திற்கு ஏற்றதாக இல்லை என்ற காரணத்தால் பெரும்பான்மையோருக்கு இக்கிரையின் அருமை தெரிய நியாயமில்லை.

இது அந்தர்ஸ் நிக்த காரி, சமனகாரி காமவிர்தினி குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

29. நெல்லிக்காய்
(Emblica Officinalis Syn)

தெலு :	ஆமலகமு	சம :	அதிபலா
கன் :	ஆம்லகா	ஹிந் :	அமலா
மலை :	நெல்லி	உரு :	அமலஜ்

நெல்லி சிறிய மரவகுப்பைச் சேர்ந்தது. இதன் பழம் வெண் மஞ்சள் நிறமாகவும், காய்ந்தபின் கருப்பு நிறமாகவும் இருக்கும் உலர்ந்த காய்க்கு நெல்லிமுள்ளி என்று பெயர்.

நெல்லி மரத்தில் கரு நெல்லி, அரு நெல்லி என்ற வேறினங்களும் உண்டு.

நெல்லிக்காயின் விதைகளை நீக்கி பயன்படுத்தவேண்டும். இதனாலான மருந்துகளை பகற்பொழுது உண்பது நலம். நெல்லிக்காய் கற்பமாகும்.

"பித்த மனலையம் பீநசம்வாய் நீர் வாந்தி
மாந்த மலக்கட்டு மயக்கமுமி - லொத்தவுரு
வில்லிக்காயம் மருங்காமென்னாட் காலந் தேர்ந்தே
நெல்லிக்காயம் மருந்துனீ."

இ-ள் : நெல்லிக்காயினால் பயித்தியம், பீநசம், வாய்நீர் சுரப்பு, வாந்தி, மலபந்தம் தலைச்சுழலல் இவைகள் தீரும் என்க.

தலைச் சுற்றல் கிறுகிறுப்புக்கு நெல்லி முள்ளியும் பச்சைப் பயறும் சேர்த்து கஷாயம் செய்து சாப்பிட மேற்படி நோய்கள் தீரும். ரத்தக் கொதிப்புக்கு மற்ற மருந்துகளை சாப்பிடவேண்டாம். கீழ்க்கண்ட பாடலை நோக்குக.

"உதறியே பித்தநாடி புழுவைப்போற் துடித்து நிற்கில்
பதறியே உடம்பழுத்தும் பாய்ந்திடும் சிறுநீர்வற்றும்
முதலிய புத்திமாறி கிருகிருத்தழ வையுண்டாம்
நிரவபயிராம் பச்சை நெல்லிக்காய் கியாழம் கூட்டே."

இது எவ்வளவு எளிமையான மருந்து. இதை 'குணவாகடம்' என்ற நூலில் அகத்திய மாமுனிவர் எழுதியுள்ளார்.

இந்த நெல்லிக்காயினால் செய்யப்படும் லேகியத்தை 'சியவனப்பிராஷ்' என்றழைத்து பல கம்பெனிகள் விளம்பரம் செய்வதை பத்திரிகையில் காணலாம்.

இதில் தங்கம் சேர்ந்தது, வெள்ளி சேர்ந்தது என்றெல்லாம் போலி விளம்பரங்கள் செய்து பாமரமக்களை ஏமாற்றுபவர்களும் உண்டு.

'சியவனர்' என்ற ரிஷி என்பவர் ஒருவர் காட்டில் வசித்து வந்தார். சுமார் பத்து கிலோ மீட்டர் தூரத்திலுள்ள ஊரிலிருந்து ஒரு பால்காரன் தினமும் நடந்துபோய் அவருக்கு பால் வினியோகம் செய்து வந்தான். முதுமை காரணமாக நாளாக நாளாக அவ்வளவு தூரம் நடக்க இயலவில்லை. ஒரு நாள் அவன் பாலை கொடுத்துவிட்டு "அப்பாடா! என்னால் நடந்து வரமுடியவில்லையே சுவாமி, தங்களுக்கு பாலை கொடுத்துவிட்டு புண்ணியம் சம்பாதித்துக் கொள்ளும் பாக்கியமில்லாமற் போய் விடுமே என்ன செய்வேன்" என்று புலம்பினான்.

உடனே ரிஷி, "வருந்தாதே நான் ஒரு மருந்து எழுதித் தருகிறேன். அதை தயார் செய்து நாற்பது நாட்கள் சாப்பிடு முதுமை ஒழிந்து வாலிபம் வரும்" என்று சொல்லி அந்த மருந்து செய்யும் முறையை எழுதித் தந்தார். சுவாமிகள் சொன்னபடி தயார் செய்து சாப்பிட்டான் பால்காரன்.

நாற்பது நாட்களில் பால்காரனுக்கு வாலிபப் பருவம் துவங்கலாயிற்று. நரம்புகள் முறுக்கேறியது. இம்மருந்தில் சேர்ந்த தாய்ப்பொருள் நெல்லிக்காய் என்பது குறிப்பிடத்தக்கதாகும். இதனாலேயே நெல்லிக்காய் லேகியத்திற்கு சியவனரிஷி பெயரால் 'சியவனப் பிராசா' என்று அழைக்கலாயிற்று.

விளம்பரங்களைப் பார்த்து நாமும் லேகியம் வாங்கி சாப்பிடுகிறோம், ஆனால் நமக்கு வாலிபம் வரவில்லையே இதற்கு காரணம் நாம் செய்யும் லேகியம் ஒரு துணை மருந்தே என்று சொல்ல வேண்டும். ரிஷி கொடுத்த லேகியத்தில் வேறு ஏதோ கற்பமருந்து கலக்கும்படி சொல்லியிருக்க வேண்டு மென்று புலப்படுகிறது.

முகவுரையில் இதைப்பற்றிய குறிப்பை கவனிக்கற்பாலது.

ஆயினும் இந்த நெல்லிக்காயில் பெரிய விசேடமுள்ளது. இது திரிதோஷ சமனி, வாத, பித்த, சிலேத்துமங்களை சம நிலையில் வைக்கக் கூடியது. திரிதோஷங்களின் நிலைமாறும் போது நமக்கு பிணிகள் வருகின்றன. மரணத்திற்கு நம்மை இழுத்துச் செல்கிறது.

நெல்லிக்காயில் இனிப்பு, புளிப்பு, துவர்ப்பு என்ற மூன்று சுவைகள் கொண்டது. இம்மூன்றும் முத்தோஷங்களை சமனப்படுத்தி உடலை தேற்றுகிறது.

வைகுண்ட ஏகாதசிக்கு மறுநாள் காலை நம் வீடுகளில் பலவகையான உணவு வகைகளை நம் தாய்மார்கள் செய்வதுண்டு, அதில் நெல்லிக்காய்த் துவையல் முக்கிய பங்கு கொள்கிறது.

காய்கள் பூக்கள் இலைகள் எதுவாயினும் சரி வெயிலில் காய வைத்தால் அதிலிருக்கும் பல சத்துப் பொருள்கள் வெப்பத்தால் அழியும் ஆனால் நெல்லிக்காயை எத்தனை நாள் வெயிலில் உலர்ந்தாலும் அதன் குணமும் சுவையும் மாறுவதில்லை.

உலர்ந்த நெல்லிக்காயினால்தான் (நெல்லிமுள்ளி) சியவனப் பிராஸா லேகியம் தயார் செய்யப்படுகிறது. இந்த நெல்லிமுள்ளி வருடம் முழுதும் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். பிரதி தினமும் நாம் இதை உணவில் உபயோகிக்கலாம். லேகியம் தேடி ஓடவேண்டியதில்லை.

நெல்லிமுள்ளியை கொஞ்சம் எடுத்து காலையில் தண்ணீரில் ஊறவைத்து லேசாக ஊறியதும் எடுத்து வற்றல் மிளகாய் ஒன்றிரண்டு மற்றும் உப்பு சேர்த்து அம்மியில் அரைத்து சாதத்தில் கலந்து துவையல் போல் சாப்பிடலாம்.

இம்மாதிரி மாதத்தில் பத்து நாட்கள் சாப்பிட்டுவர லேகியத்தைக் காட்டிலும் உயர்வான பலனைக் காணலாம். வேறு மருந்தும், டாக்டரும் எதற்கய்யா?

நெல்லிக்காய்க்கு குளிர்ச்சியுண்டாக்கி சிறு நீர் பெருக்கி மல மிளக்கு குணங்களைக் கொண்டது.

30. புளியாரை

(Oxalis Corniculata Linn)

தெலு	:	புளிசிந்தா	சம	:	அம்லிகா
கன்	:	புளம் புரசி சாப்பு	ஹிந்	:	அம்ருன்
மலை	:	புளியாரலா	உரு	:	அம்புடி

புளியாரை தரையோடு தரையாய் படரும் சிறிய கொடியினம். ஆரை என அழைக்கப்படும் மூலிகைகளில் வல்லாரை, கல்லாரை, புளியாரை, நீராறை என் பலவுண்டு காம்பில் ஒரே இலை கொண்டது வல்லாரை; இரண்டு இலை கொண்டது கல்லாரை; மூன்றிலை கொண்டது புளியாரை; நான்கிலை கொண்டது நீராரை.

புளியாரைக் கிரைக்கு நல்ல புளிப்பு சுவை உண்டு. இது பித்த சம்பந்தமான அனைத்து நோய்களுக்கும் மிக சிறந்தது. இராமலிங்க அடிகள் இதை அதிகமாக பயன்படுத்தும்படி தனது நூலில் எழுதியுள்ளார். போகர் தனது நிகண்டில் இதை காய சித்தி அளிக்கவல்ல மூலிகையென போற்றுகின்றார்.

"பித்த மயக்கமறும் பேதுலகின் மானிடர்க்கு
நித்த மருள் வாதகப நேருமோ - மெத்தனவே
மூலக்கிராணி வீழு மூலவுதிர மறுங்
கோலப்புளி யாரைக்கு."

இ-ள் : புளியாரைக் கீரைக்கு பித்த மயக்கம் திமையை விளைக்கின்ற வாத கபம் கிராணி இரத்த மூலம் இவைபோம் என்க.

காயசித்தியென்றால் காயம் என்ற இவ்வுடல் சுத்தியாகுமென்பதே. நம் உடலிலுள்ள நவ துவாரங்களில் அழுக்கு நிறைந்த கோழைகள் அடைத்துக் கொண்டுள்ளன. மரணம் நேரும்போது மார்பில் தொண்டையில் கோழை வந்தடைத்துக் கொள்வதை நாம் பார்த்துள்ளோம். இக்கோழையை நவத் துவாரங்களிலிருந்து அகற்றினால் மரணம் வராது.

இதற்கு சித்தர்கள் பல வழிகளை கையாண்டு தங்கள் அனுபவங்களை எழுதிவைத்துள்ளனர். ஔடதம் யோகம் ஞானம் என பல மார்க்கங்களை வகுத்துள்ளனர். தெய்வீக மருந்துகளால் நம் உடலிலுள்ள அழுக்குகளை ஒழித்துக்கட்டலாம் என்றனர். அதனால் உடலை நீட்டலாம் என்றனர். ஞானம் என்ற உயர்நிலைக்கு செல்லவேண்டுமாயின் உடல் சுத்தமாயிருக்க வேண்டும்.

ஊசிகளால் மருந்தை ஏற்றும் முறைகளினால் இக் கபம் என்ற கோழைகளை அகற்றமுடியாது. உடலை சுத்தம் செய்யும் மார்க்கங்கள் ஆங்கில மருத்துவத்தில் கிடையாது. மேனாட்டு ஞானிகள் நம் சித்தர்கள் போலவே காயசித்தி செய்துக் கொள்ளும் இயற்கை மருந்துகளை பலபடச் சொல்லியுள்ளனர். அம்முறைகள் முப்பு மார்க்கத்தில் சேர்ந்தவை. இம்முறை உபதேசகிரமமாக சிட பரம்பரையில் தொடர்கிறது. பட்டங்கள் ஆஞ்சநேயர் வால் மாதிரி நீண்டிருந்தாலும் அம்மருந்துகள் பற்றி ஆங்கில மருத்துவர்கள் அறியார். அப்படி ஒரு மருந்துள்ளதென்பதையும் ஒப்புக் கொள்ளமாட்டார்.

நோயை அறிந்துக் கொள்ள யந்திரங்கள் மேல் ஆதாரப் படுபவர்களாயிற்றே! கோடிக்கணத்தில் பணத்தை வாரி மேனாட்டவர்களிடம் இரைத்து நோயை கண்டு பிடிக்கும் இயந்திரங்கள் வந்ததுள்ளனவென்று பறை சாற்றுவர்.

இயந்திரங்கள் பழுதுபட்டால் அதை சிர்படுத்தும் முறைகள் கூடத் தெரியாது. பல செயலற்று மருத்துவமனைகளில் தூங்கும். புகைப்படங்கள் டாக்டர்களை ஏமாற்றியதுண்டு.

நாம் நம் அழகை பார்க்க புகைப்படம் எடுக்கிறோம். அதில் நாம் காணாத புள்ளிகள் புகைப்படங்களில் காணலாம் படமெடுப்பவர் அந்த புள்ளிகளை சுத்தம் செய்து பிறகு நம்மிடம் படத்தை கொடுப்பர்.

புகைப்படம் படங்களில் முன்சொன்ன குற்றங்கள் ஏற்பட வாய்புண்டு. ஏதோ ஒர பெரிய புள்ளி (Patch) காணப்பட்டால் அந்த இடத்தில் தான் க்ஷயநோய் தாக்கப்பட்டுள்ளதென்று உடனே ஊசிகளை கையிலேத்துவர்.

அவ்வித புள்ளிகள் சில கேஸ்களில் க்ஷயத்தின் அறிகுறியாகவும் இருக்கலாம். சிலதில் தவறுதல் ஏற்பட்டு தவறான சிகிச்சையளித்தால் என்ன நேருமென்பதை நாம் சிந்திக்க வேண்டும்.

ஆகவே டாக்டர்கள் இப்புகைப் படங்கள் மீது மாத்திரம் ஆதாரப்படாமல் தங்களுடைய புத்தியை அனுபவத்தை ஆதாரமாகக் கொண்டு பிணியாளனை சரி வர விசாரித்து நோயை கணித்து சிகிச்சையளிக்க வேண்டும்.

இதை நிறுத்திக் கொண்டு புளியாரை பற்றி கவனிப்போம். புளியாரை நம் தோட்டத்தில் ஒரு செடி நட்டால் போதும் நாற்பது ஏக்கரானாலும் சரி அது பரவக்கூடிய கொடி.

புளியாரையை மற்ற கீரைகள் சமைப்பது போல அடிக்கடி புளி சேர்க்காமல் சமைத்து உணவில் சேர்த்து சாப்பிட்டு வர மலபந்தம், உடல் அசதி, உடல் வெப்பு முதலியன நீங்கும். உடல் வன்மை பெறும். அடிக்கடி மருத்துவர்களை தேட வேண்டிய நிலைமை வராது. மெலிந்த குழந்தைகளுக்கு சத்தூட்டும், காயமும் சுத்தியாக்கும்.

பொதுவாக புளியாரைக்கு துவர்ப்பி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, பசித்தூண்டி குணங்களைக் கொண்டது.

31. பொடுதலை

Lippis nodiflora Mich

தெலு	:	போக்கன்னா	சம	:	வாஷிரா
கன்	:	நேலஹிப்பலி	ஹிந்	:	புயோக்ரா
மலை	:	காட்டுத் திப்பிலி			

பொடுதலையானது குளம், ஏரி, குட்டை கரைகளிலும் வயல் வரப்புகளிலும் தரையில் படரும் பூண்டினம். இதன் காய்கள் திப்பிலியை ஒத்திருக்கும்.

"பொடுதலை என்ற பேருரைக்கில் விடுதலை
யாகும் பேதி" என்பது பழமொழி.

இதன் துளிர் இலைகளை புட்டவியல் செய்து சாறு பிழிந்து சிறிது சர்க்கரை சேர்த்து 1/2 டீஸ்பூன் வீதம் தினம் இரண்டு வேளை பச்சிளம் குழந்தைகட்கு புகட்டலாம். இதனால் பால் கக்குதல், பச்சைபேதி, வயிற்றுப்பிசம், தோஷம் குணமாகும்.

"பொடுதலையின் பேருரைத்தாற் போராமப் போக்கு
மடுதலை செய் காசமூ மடங்குங் கடுகிவரு
பேதியோடு குலை நோய் பேசரிய வெண்மேகம்
வாதமும் போ மெய்யுரக்கும் வாழ்த்து."

இ-ள் : பொடுதலையால் சிதபேதி, இருமல் அதிசாரம் சூலை நோய், சிழ்பிரமேகம் இவைகள் போம், தேகம் பலக்கும் என்க.

பொடுதலை இலையை முறைப்படி கஷாயம் செய்து சிறிது வால்மிளகு சூரணம் கூட்டி அருந்திவர நீர்த்தாரைப் புண், வெள்ளை, இன்னும் நீரிலுள்ள இனிப்பு இவைகள் குணமாகும்.

பொடுதலங் காய்களை நெய்விட்டு வதக்கி உப்பு, புளி, மிளகாய் சேர்த்து துவையலாக செய்து அன்னத்துடன் சேர்த்து

நெய்விட்டு பிசைந்துண்ண மூலவாயு, ரத்தமூலம் மூலக்கிராணி இவைகள் போம்.

இவ்விலையை அரைத்துக் கட்டி கொப்புளம், புண், அக்கிப் புண், வீக்கம் இவைகள் மீது பூச குணம் காணும்.

பொதுவாக பொடுதலை துவர்ப்பி, கோழையகற்றி, உள்ளமூலாற்றி, உரமாக்கி குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

32. வல்லாரை

(Centella Asiatica Linn)

தெலு	:	பிரமி	சம	:	மண்டுகபரணி
கன்	:	வண்டலேகி	ஹிந்	:	பிராமி
மலை	:	குடகம்	உரு	:	ஹார்டானியா - ஏஇன்டி

வல்லாரையானது வாய்க்கால் கரை, வரப்பு, வயல் இவ்விடங்களில் தரையோடு தரையாகப் படரும் கொடியினம். கொடியின் கணுக்களில் ஒரு கொத்தாய் பல தண்டுகள் காணப்படும். தண்டின் நுனியில் சேம்பிலை போன்று ஒரு ரூபாய் அகலமுள்ள வட்டமான இலையிருக்கும். இதற்கு சிறு கசப்பு சுவையுண்டு. இதை அளவோடு உண்டால் பெரும் பயனளிக்கும். அளவில் அதிகமானால் தலைவலி தலை சுற்றல் ஏற்படும்.

"வல்லாரை கற்பமுண வல்லாரை யார் நிகர்வார்
கல்லாரைப் போலக் கலங்காமல் - வல்லாரைச்
சாறு மிலவணமுஞ் சாபத்திரியு முண்ணப்
பேரு மடி வல்லைப் பிணி"

இ-ள் : வல்லாரை இலையை கற்பமாக உண்ணில் அறிவில் வல்லவராவார். வல்லாரை இலைச் சாற்றுடன் உப்பும் சாபத்திரியும் சேர்த்துண்ண வல்லை, பெருவயறு ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

தெலுங்கில் இதற்கு சரஸ்வதி ஆகு (சரஸ்வதி, இலை) என்ற பெயருண்டு.

"எல்லோரையும் அருந்தென்றேயுரைத்து நன் மனையுள் வல்லாரையை வளர்த்துவை" என தேரையர் என்ற சித்தர் கூறியுள்ளார்.

மகா ரோகங்களான குட்டம், யானைக்கால், பைத்தியம் இவற்றிற்கு வல்லாரை சிறந்ததென சித்த வைத்திய மேதைகளான கண்ணு சாமிப் பிள்ளை மற்றும் அப்துல்லா சாஹப் ஆகியோர் தனது நூல்களில் விளக்கியுள்ளனர்.

"வாக்குக்குரிய வல்லாரையை பாக்களவு தின்றால் ஆக்கைக்கு உயிர் ஆயிரம்" என்ற சித்தர் வாக்கு பொய்க்காது. ஆயிரத்தில் ஒரு பூஜ்ஜியம் எடுத்து விட்டாலும் நூறு வயது வரை நிச்சயமாய் வாழலாம். வாக்கு நயமில்லாதவர்கள் ஞாபக சக்தி குறை பாடுள்ளவர்களுக்கு இந்த தெய்வீக மூலிகை ஒரு வரப் பிரசாதம். பிணிகளை நீக்கி ஆயுளை பெருக்கும். தெரியாமலா இதற்கு தெலுங்கில் 'சரஸ்வதி' என்று பெயரிட்டனர்.

மருத்துவ மேதை அப்துல்லா 'வல்லாரை பிரபாவம்' என்ற தனி நூலே எழுதி வைத்துள்ளார். கர்பிணிகள் இந்த இலையைத் தின்றுவந்தால் அவர்களுக்கு பிறக்கும் குழந்தைக்கு இளம் பிராயத்தில் நான்கு வேதங்களையும் ஒரு முறை சொல்லித் தந்தால் போதும். அவைகளை உடனே பிரதிபலித்து சொல்வர் என பெரியோர்கள் எழுதியுள்ளனர். இது ஒரளவுக்கு மிகையாகத் தோன்றும் உண்மைதான். நம் பிள்ளைகளை சில நேரத்தில் மிகையாகப் போற்றி பேசுவது இயற்கையல்லவா? அப்படி மிகையாகப் போற்றி மக்களை இம்மூலிகை வசம் இழுப்பது சித்தர்கள் வழியாகும். எப்படியாது மக்கள் நல்லதை உண்டு 'நீடூழிவாழட்டும்'மென்ற அவா. இது தவறா!

1969ம் வருடம் நான் (ஜட்ஜ்) சித்தமருத்துவ பெருமை பற்றி பேச சிங்கப்பூர் மலேஷியா நாட்டிற்கு சென்றிருந்தேன்.

பிணாங்கில் வல்லாரை பிரபாவத்தைப் பற்றிப் பேசும் போது, இம் மூலிகையில் தங்கச் சத்து உள்ளதென்றும் சினாவில் 236 வயது வரை வாழ்ந்துவந்த ஒருவரை டாக்டர்கள் சென்று பார்த்த போது அவர் எல்லோரையும் போலவே உணவு உடை உறக்கம் போன்ற பழக்கங்களிருந்ததாக கண்டனர் என்றும், அவரை மேலும் வினவியபோது தான் ஒரு மருந்தும் சாப்பிடுவதில்லையென்றும் ஆனால் பிரதிதினமும் காலை வெறும் வயிற்றில் வல்லாரை இலைச்சாறு ஐம்பது மில்லியளவு சாப்பிட்டு வருவதாக சொன்னார் என்றும், அவர் இருபது பெண்களை மணந்தவர் என்றும் சொற்பழிவில் குறிப்பிட்டேன்.

அந்நாட்டு ஆங்கிலப் பத்திரிகை ('Chronicle') நிருபர் ஒரு சினப் பெண் அவர் என்னிடம் வந்து, "நீங்கள் சொன்ன மூலிகை இந்நாட்டிலுள்ளதா?" என கேட்டார். "ஏராளமாயுள்ளது" என்றேன். "தங்களுக்கு நேரமிருந்தால் அதைக் காட்டினால் நன்றியுள்ளவளாக இருப்பேன், என் காரிலேயே போய் வரலாம்" என்றாள். நிருபராச்சே மறுக்க முடியுமா?

அவரை நேராக பினாங்கு மார்க்கட்டுக்கு அழைத்துச் சென்றேன். பெரிய மார்க்கட். நான்கு சாலைகள் கூடும் ஓர் மூலையில் உள்ள ஒரு தள்ளு வண்டியை காட்டினேன்.

வண்டியின் மேல் தூய கண்ணாடி ஜாடிகள், ஒரு ஜாடியில் பச்சை நிற திரவம், மற்றதில் ஐஸ் தண்ணீர், சர்க்கரை மத்தியில் பச்சை பசேலென வல்லாரைக் கொடிகள். "இது தான் வல்லாரை" என்றேன். அந்நேரத்தில் ஒரு சினன் அப் பச்சை நிற திரவத்தை பருகிக் கொண்டிருந்தான். "எதற்காக குடிக்கிறாயென்று அவரைக் கேளுங்கள்" என்று நிருபரிடம் சொன்னேன். கேட்டார். ஆறு வருடங்களுக்கு முன்பு இரண்டு முறை மாரடைப்பு (Heart Attack) வந்ததாகவும், மூன்றாம் முறை மாரடைப்பு வந்தால் இறப்பதைத் தவிர வேறு வழியில்லையென்பதால் டாக்டர்கள் சொல்லிய மாத்திரைகளை தவறாமல்

சாப்பிட்டுவந்ததுடன் நீண்ட ஓய்வில் இருந்ததாகவும் இதனால் தூக்க உணர்வும், மயக்கமும் வருமென்றும் அவ்வமயம் ஒரு சாது "எல்லா மருந்துகளையும் உடனே நிறுத்தி வல்லாரைச் சாறு சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் நலமாகிவிடும்" என்று சொன்னதை நம்பி தான் வல்லாரைச்சாறு அருந்தி வருவதால் ஆறுவருடமாக உயிர் வாழ்வதோடல்லாமல், கடினமாகவும் உழைத்து தன் மனைவி, ஐந்து குழந்தைகளைக் காப்பாற்றி வருகிறேனென்றும் சொன்னான்.

இதைக் கேட்ட நிருபர் அதிர்ச்சியடைந்தார். நான் மாத்திரம் என்ன? எனக்கும் இது முக்கியமான அனுபவமாக அமைந்தது. அந்த சீனாக்காரன் உடற்கட்டு என்னை பிரமிக்க வைத்தது.

மறுநாள் அந்த ஆங்கிலப் பத்திரிகையில் என் படத்தைப் பிரசுரித்து "Indian Justice digs gold in Malaya" (இந்திய நீதிபதி மலேயாவில் தங்கத்தை தோண்டி எடுக்கிறார்) என்று குறிப்பிட்டு பெருந்தலைப்பாக போடப்பட்டிருந்தது.

இங்கு சொன்ன சம்பவத்தில் நாம் அறியவேண்டியது இருதய பலத்துக்கும், உடல் வன்மைக்கும் வல்லாரை ஓர் தெய்வீக கற்ப மூலிகை என்பதேயாம்.

இதன் இலையை காம்பு இல்லாமல் ஆய்ந்து சுத்தமான சீலையின் மேல் பரப்பி நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து சீசாவில் பத்திரப்படுத்துக. வேளைக்கு 2-3 குன்றியெடை சிறிது சர்க்கரை கூட்டி தினம் 2 வேளை கொடுக்கலாம். இதனால் மேகரணம் கட்டி, சூதகவாயு, கனுச்சூலை, வீக்கம், பயித்தியம் ஞாபகக் குறைவு, வெள்ளை குணமாகும்.

இவ்விலையை அரைத்து படை, வீக்கம், யானைக்கால் வீக்கம், ரணம் இவைகட்கு மேல் பூசுவதால் அதிக நன்மை தரும்.

இதை நம் வீட்டு தோட்டத்தில் வைத்து பயிர் செய்யலாம். ஈரம் இருந்துகொண்டே இருந்தால் நன்றாக படரும்.

இராமலிங்க சுவாமி இதை உடல் தேற்றி என்று எழுதியுள்ளார். நாம் ஏன் நம் உடலை தேற்றிக் கொள்ளக் கூடாது!

இது பொதுவாக உடல்தேற்றி, பலகாரி, சிறுநீர் பெருக்கி, உஷ்ணகாரி, ருதுவர்த்தினி குணங்களுடையதாகும்.

33. வில்வம்

Aegle marmelos Corr

தெலு	:	பில்வமு	சம	:	பில்வா
கன்	:	பேலா	ஹிந்	:	பெல்
மலை	:	கூவிளம்	உரு	:	ஷ"ல

வில்வம் கோவில்களிலும், தோட்டங்களிலும் விசேஷமாக வளர்க்கும் மரமாகும். வில்வம் சிவனுக்குரிய மூலிகை இதற்கு சிவத்துருமம், நின்மலி என்று பெயர்களும் உண்டு.

உக்கிரமான சிவனை வில்வ இலைகளால் அர்ச்சித்து குளிரச் செய்து வேண்டும் வரங்களைப் பெறுவது நம் பக்தர்களின் செயலாகும்.

அதிக உஷ்ண ரோகங்களை தணிக்கவல்லது வில்வமாகும் என்பது தத்துவம்.

வில்வத்தின் தளிர் இலை, மேகரோகங்களையும், பூவானது அக்னி மந்தத்தையும், பிஞ்சு குன்ம நோயையும் வேரானது வாந்தி, சோகை, சுரம் குணப்படுத்தவல்லது. பழங்கள் கண்களுக்கு ஒளி தரும். பிசின் தாது விருத்தியாகும்.

"பாரதனில் வில்பப் பழத்தோடு சேர்ந்த
நீரதனையுட் கொள்ள நேரிழையே - சீரதனை
செப்புங்கால் நாவறட்சி சேர்ந்த கை காலெரிச்சல்
வெப்பு ருசி கேடகலும் விள்"

இ-ள் : வில்வப்பழ ஒட்டினால் அதிகரித்த பித்தம் கபாதிக்கம், தாகம், சுரம், சன்னி மயக்கம், வாந்தி, கை காலெரிச்சல், நாவறட்சி முதலியவை நீங்கும்.

வில்வ இலைத் துளிர் ஐந்தெடுத்து காலையில் மென்று சாப்பிட்டுவிட்டு பசும்பால் சாப்பிடவும். இப்படி ஒரு வருடம் சாப்பிட மேக நோய்கள் அகன்று ஆயுளை நீடிக்கும். உடல் தேஜஸ் அடையும். வயிற்றில் கல்லீரலில் உண்டாகும் புற்று நோயை வில்வ இலைகள் குணப்படுத்தும்.

காளாஸ்திரியில் சுகபிரம ஆசிரமம் என்பது ஆந்திராவில் பிரபலமானது. இதற்கு தலைமையாளர் "சுவாமி வித்யபிரகாஷானந்த" என்பவர். இவருக்கு வயிற்று வலி ஏற்பட்டு பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணமாகாமல் சென்னையில் ஒரு பிரபல தனியார் மருத்துவமனையில் எக்ஸ்ரே படம் முதலியன எடுத்து வயிற்றில் புற்றுநோய் என்றும் வயிற்றை ஆபரேஷன் மூலம் திறந்து பார்க்கவேண்டுமென்று சொன்னார்கள். இவர் அதற்கு ஒப்புதல் அளிக்காததால் ஊருக்குத் திரும்பினார்.

பிறகு ஒரு நாள் என்னை அழைத்து சென்றனர். காலையில் ஐந்து இலைகள், மிளகு எண்ணிக்கையில் மூன்று சேர்த்து பசும் பால் விட்டரைத்து பசும்பாலில் காய்ச்சி மூன்று மாதங்கள் சாப்பிடச் சொன்னேன். அவருக்கு மது மேகமும் இருந்தது. அதற்கு வேப்பம் பட்டை, நாவல் பட்டை, எட்டிப்பட்டை இவைகளை நன்குலர்த்தி சமனளவாக கலந்திடித்து சூரணம் செய்து இதில் ஒரு டீஸ்பூன் எடுத்து கஷாயம் செய்து தினம் இரண்டு வேளை சாப்பிட்டு வரச் சொன்னேன். இது நடந்தது ஐந்து வருடங்களுக்கு முன். இவர் வயது எழுபத்துமூன்று இப்பொழுதும் அவரைப் போய் பாருங்கள். எலும்பும் தோலுமாய் இருந்தவர் கொழுகொழு சாமியாராகிவிட்டார், இப்படி பல கேஸ்கள்.

வில்வ வேர் கட்டையைக் கொண்டு மற்ற கடைச் சரக்குகளுடன் சேர்த்து வில்லாதி லேகியம் தயார் செய்வர்.

இதனுடைய மகிமையை நமக்குணர்த்த சிவ மூர்த்திகளுக்கு இதன் இலைகளைக் கொண்டு அர்ச்சனை செய்வித்தனர்; சிவோஹம் என்றால் நானே சிவம் என்பது பொருள். நான் என்ற ஆன்மாவும் அதை ஏற்று நிற்கும் உடலையும் நீட்டிக்கவல்ல தெய்வீக மூலி இது. ஆகவே நமக்கு நலம் செய்யும் மூலிகைகளை மூர்த்திகளுக்கு புறத்தே அமைத்து காட்டினர்.

தினமும் இலைகள் பச்சையாக கிடைக்காவிடினும் கிடைக்கும் போது இலைகளை நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு ஒரு கிராம் அளவு காலை மாலை பசும்பாலில் சாப்பிடலாம்.

வில்வபத்திரம் என்னும் இவ்வில்வ இலைகளைத் தின்று நம் உடலை நீட்டி உயிரை நீட்டுவோமாக.

பொதுவாக இலைக்கு வெப்பகற்றி, பூ, பிஞ்சு, காய்க்கு செரிப்புண்டாக்கி, பழத்திற்கு துவர்ப்பி, வேர் பிசினுக்கு ஆண்மை பெருக்கி குணங்களைக் கொண்டதாகும்.

34. விஷ்ணு கிராந்தி

Evolvulus alsinoides Linn

தெலு	:	விஷ்ணுகிராந்தா	சம	:	விஷ்ணுகாந்தி
கன்	:	விஷ்ணுகரந்தி	ஹிந்	:	சங்கபுஷ்பி
மலை	:	விஷ்ணாசலந்தி			

விஷ்ணுகிராந்தியானது தரையோடு தரையாய் படரும் சிறிய பூண்டினம். காலையில் மலரும் இதன் நீல நிற சிறு மலர்கள் புல் தரையை அழகுபடுத்துவது கண் கொள்ளா காட்சியாகும். இது கற்ப மூலிகைகளில் ஒன்று.

இவ்வினத்தில் வெள்ளைப்பூ விடும் மற்றொரு இனம் உண்டு. இதற்கு 'மின்னல் ஒளியாள்' என்று பெயர். இது ஒரு வசிய மூலிகையாகும்.

முற்காலத்தில் தஞ்சாவூரில் 'சங்கரராம் சாகேப்' என்ற அரசர் அரண்மனையில் அடங்காத யானை ஒன்றிருந்ததாம். அதை அடக்க கேரளத்திலிருந்து கோவிந்த மாவுத்தர் என்பவர் வரவழைக்கப்பட்டார். இம் மாவுத்தர் தனது கையில் வெள்ளை விஷ்ணுகிராந்தி செடியை வைத்துக் கொண்டு யானையிடம் செல்ல அது அடிமை போல் அடங்கிவிட்டதாம். இதை கண் கூடாக கண்ட T.S. அமிர்தலிங்கம் பிள்ளை என்பவர் 31.4.43ல் வெளிவந்த "மருத்துவ பொழில்" என்ற நூலில் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

"செய்யமாலின் கிராந்தி திராத வல்லசுரத்
தைல மறுக்கும் அனல் தணிக்கும் - வெய்ய கப
காச இருமலையுங் கட்டறுக்கும் வாதத்தால்
ஊசலாடும் பிணி போக்கிடும்."

இ-ள் : விஷ்ணுகிராந்தியானது கொடிய சுரம், ஜன்னி கோழை, இரைப்பு, இருமல், உட்சூடு, வாத நோய்கள் இவைகளைத் திர்க்கவல்லது என்பதாம்.

"விடாச் சுரத்திற்கு விஷ்ணுகிராந்தி" என்பது பழமொழியாகும்.

சித்தர் நூல்களில் 'மால்பார்க்க தேவி சிவப்பாள்' என்று வருகின்ற வரிகளுக்கு விஷ்ணுகிராந்தியின் சாருக்கு நாளகம் செந்தூரமாகும் எனப் பொருள்படும்.

'டைபாய்டு' என்னும் அதிசார சுரத்திற்கு நவீன மருத்துவத்தில் 'குளோரோமைசிடின்' என்ற மருந்தை பிரயோகிப்பர். ரத்த பரிசோதனையில் எவ்வகையான சுரம் என ஆராய்வர். இந்த ஆராய்ச்சியில் பல கேஸ்களில் தவறுகள் ஏற்பட்டுள்ளன. சாதாரண சுரத்தைக் கூட 'டைபாய்டு' எனக் கருதி பலவகையான (Antibiotic) மருந்துகளைக் கொடுப்பர். இம்மருந்துகளால் பலருக்கு காது செவிடாவதும், கண் மங்குவதும், வயிற்றில் புண் ஏற்படுவதும் போன்ற விளைவுகளால் அவதியுறுகின்றனர். மேற்படி 'குளோரோமைசிடின்' மருந்தை உட்கொண்டவர்கள் பெரும்பாலோர் செவிடானதை பார்த்துள்ளேன். தலை வலி போய் திருகுவலி வந்த கதை.

ஆகவே எவ்வித சுரமாயிருப்பினும் சரி விஷ்ணு கிராந்தியை வேருடன் பிடுங்கி வந்து மண் இல்லாமல் சுத்தப் படுத்திக் கொள்ளவும். ஷை மூலிகை ஒரு கைப்பிடி, மிளகு 20 எண்ணிக்கை எடுத்து இவ்விரண்டையும் ஒன்றிரண்டாக இடித்து ஒரு லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பேற்றி அரை லிட்டர் அளவுக்கு சுண்டக்காய்ச்சி வடிகட்டி லேசான சூடுடன் வேளைக்கு 150 மில்லி வீதம் காலை மதியம் மாலை தினம் மூன்று வேளை சாப்பிடவும்.

இப்படி தொடர்ந்து மூன்று நாட்கள் சாப்பிட எல்லா வித சுரங்களும் தகர்ந்து ஓடிடும். டாக்டர்களை தேடிப் போய் அலையவேண்டாம்.

ஷை விஷ்ணு மூலிகை சமூலம் உடன் சிவகிரந்தை சமூலம்

நிழலில் உலர்த்தி சமனளவு எடுத்து சூரணித்து புது மண் சட்டியில் வைத்து மூடியிட்டு வைத்துக் கொள்ளவும்.

(சிவகரந்தை கிடைக்காவிடில் வில்வ இலையை சேர்த்துக் கொள்ளலாம்) இச்சூரணத்தில் வேளைக்கு ½ தேக்கரண்டியளவு காய்ச்சிய பசும்பாலில் கலந்து காலை மாலை மூன்று மாதங்கள் சாப்பிட முப்பது வருடங்கள் வரை எந்த நோயும் அணுகாது. ஆயுள் நீடிக்கும்.

பொதுவாக இதற்கு வியர்வைபெருக்கி, உடல் தேற்றி, வெப்பகற்றி, புழுக்கொல்லி, கோழையகற்றி குணங்கள் கொண்டதாகும்.

35. வெள்ளருகு
Enicostemma hyssopifolium Willd

மலை : வெள்ளறுகு சம : நாகஜீவா

ஹிந் : சோடா சிரயோட்டா

வெள்ளருகானது சதுப்பு மற்றும் உவர் நிலங்களில் வளரும் சிறிய செடியினம்.

"குன்மமொடு வாயு குடல்வர்தஞ் சூலையிவை
சென்மம் விடுத்தோடிச் சிதையுங்காண்-வன் முலையா
யுள்ளீறு கிரந்தி சொறியொட்டிய சிரங்கு மறும்
வெள்ளறுகு தன்னை விரும்பு"

இ-ள் : வெள்ளறுகினால் குன்மம், குடல் விருத்தி வாதப் பிணி, சூலைகுத்து, கிரந்தி, தினவு, சிரங்கு இவைகள் தீரும் என்க.

இம்மூலிகை ரத்தத்தை சுத்தி செய்யக்கூடியது என்பதை மேற்சொன்ன பாடலிலிருந்து அறியலாம். Blood is Life; Life is blood" என்ற பழமொழியிலிருந்து ரத்தமே உயிர் என்பதை அறிகிறோம்.

ஒருவனுக்கு ரத்தம் ஆரோக்கியமாக இருந்தால் நோய் அணுகாது. ஆயுள் நீடிக்கும். பால்வினை நோய்களால் ஆண், பெண்களின் ரத்தம் கெட்டு 100க்கு 90 பங்கு நபர்களுக்கு மேகநோய் தாக்கி மருத்துவர்களால் புரிந்துகொள்ள முடியாத நூதன நோய்கள் தோன்றி மரணத்தை உண்டுபண்ணும். மேற்படி மேக நோய்கள் இருபது வகையாம்.

சிலருக்கு பரம்பரையாகவே மேக நோய்கள் தாக்கும். உதாரணமாக மதுமேகம், நீரிழிவு, சருமநோய்கள் ஒரு சிலருக்கு புற்று நோயும் தாக்கும்.

இவ்வித நோய்களுக்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் நிவாரணம் கிடையாது. சிலருக்கு கால், கைகளில் வெடிப்புகள் ஏற்பட்டு நீர்வடியும். அப்படிப்பட்ட நோயாளியின் ரத்தத்தை நவீன மருத்துவர்கள் பரிசோதித்து Negative உனக்கு ஒன்றுமில்லை என்று சொல்வதை நான் பல கேஸ்களில் கண்டதுண்டு. ஏதோ சில மாத்திரைகளை கொடுத்தனுப்புவர். தடுக்கி விழுந்தால் சரும நிபுணரென்று பெரிய பட்டங்களுடன் பெயர் பலகைகளை தொங்கவிட்டுக் கொண்டிருப்பவரிடம் சென்று காண்பித்தால் ஏதோ காரணங்களைச் சொல்லி வண்டி வண்டியாக மாத்திரைகளை எழுதித் தருவார். பலன் நிச்சயமாய் கிடைக்காது.

அவ்வித நோய்களை குணப்படுத்த வேண்டின் ரத்தத்தில் கலந்திருக்கும் விஷ நீரை அகற்றினால் படிப்படியாக ரத்தம் சுத்தமாகி சருமநோய்கள் பூரண குணமடையும்.

அவ்விதம் ரத்தம் சுத்தி செய்யும் பல மூலிகைகளில் மிகச் சிறந்தது `வெள்ளருகு'.

வாலிபர்கள் பல விலைமாதர்களிடம் உறவு கொண்டு பால்வினை நோய் (வெட்டை) கண்டதும் பிறரிடம் சொல்லாமல் மறைத்து அந்நோய் தீவிர தன்மையை அடைந்தவுடன் மருத்துவர்களை அணுகுவர். அதற்குள் அந்நோய் உடம்பெல்லாம் பரவி ரத்தத்தை அசுத்தம் செய்துவிடும்.

ஆங்கில மருத்துவர்களிடம் உடன் சென்றால் 'பெனிசிலின்' ஊசி போடுவார்கள், தற்காலிகமாக நன்மையுண்டாகும். ஆனால் வெட்டை வியாதி கட்டையுடன் என்ற பழமொழிக்கேற்ப வெட்டை நோய்க் கிருமிகள் பீஜத்தின் அடிப்பாகம் வரை துளைத்து உள்ளே பதுங்கிக் கொண்டு அந்நோயாளியின் ஆயுட்காலம் வரையில் தொல்லை கொடுத்து வரும். அக்கிருமிகள் சாவது கிடையாது.

வயதான காலத்தில் நீரடைப்பு, நீர் எரிச்சல், ரத்தம் போதல், சிறுநீர் பால் போல் இறங்குதல் முதலிய நோய்கள் பீடிக்கும்.

ஆகவே பால்வினை நோய் தாக்கிய உடன் நம் தெய்வீக மூலிகையான வெள்ளறுகை வேருடன் பிடுங்கி பசும்பால் விட்டரைத்து கொட்டைப் பாக்களவு எடுத்து பசும்பாலில் கலக்கி காலை-மாலை மூன்று நாட்கள் சாப்பிட்டு உப்பு புளி காரம் நீத்கி பத்தியமிருப்பின் உடன் நீர் தாரையில் எரிச்சல், நீர் சுருக்கு, வெள்ளை படுதல் நீங்கும்.

இம்மூலிகை ரத்தத்திலுள்ள கெட்ட கிருமிகளைக் கொன்று ரத்தத்தை சுத்தி செய்து விடுகின்றது.

பெண்களுக்கு இம்மூலிகை மிகவும் சிறந்தது- வெள்ளறுகு சிமையகத்தியிலை, வெள்ளை கல்யாணமுருக்கனிலை இவற்றின் சாறு வகைக்கு ஒரு ஆழாக்கு வீதம் எடுத்து கலந்து சமனளவு ஆமணக்கெண்ணெய் சேர்த்து அடுப்பேற்றி சிறுக எரித்து சிடுசிடுப்பு அடங்கியவுடன் இறக்கி வடித்து ஆற வைத்து புட்டியிலடைக்கவும்.

தேக்கரண்டியளவு காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் 50 மில்லி காய்ச்சிய பசும்பால் விட்டு 48 நாட்கள் சாப்பிட ரத்தம் சுத்தமாகி வெள்ளை படுதல் போன்ற பல மேக நோய்கள் கண்மங்கல் ஆகியவை குணமாகும்.

ரத்தத்தை சுத்திகரிப்பதில் இது முக்கிய பங்கேற்பதால் கற்ப மூலிகைகளில் ஒன்றாக எடுத்துக் கொள்ளப்பட்டது.

பொதுவாக வெள்ளறுகு உரமாக்கி, உடற்றேற்றி, மலமிளக்கி, வெப்பகற்றி குணங்களைக் கொண்டது.

36. வேம்பு

Azadirachta indica Syn

தெலு : வேப
கன் : பெவினா
மலை : வேப்பன்
சம : நிம்பா
ஹிந் : நிம்

வேப்ப மரம் தெரியாதவர் இலர். இதன் பயனோ அளவிட முடியாது. இம்மரத்தின் மீது விழுந்த காற்று நம் மேல்பட்டாலே போதும் எல்லா நோய்களும் தணியும்.

வேம்புக்கு வாதாரி, பாரிபத்திரம் என பல பெயர் களுண்டு. இம்மூலிகை சக்தி அம்சம். இதில் கருவேம்பு, மலை வேம்பு, சர்க்கரை வேம்பு, வேதி வேம்பு, நாய்வேம்பு, சந்தன வேம்பு எனப் பலவகை உண்டு.

"கிருமிகுட்டமாந்தங்க கெடுவிடஞ் சுரங்கள்
பொருமிய மதூரிகையின் புண்கள் - ஒரு மிக்க
நிம்பத்திலையிருக்க நீடுலகில் நீங்காமல்
கம்பத்திலை யிருக்கக் காண்."

இ-ள் : வேம்பிலையால் புழுக்கள், பெருவியாதி, மாந்தம், மகாவிஷங்கள், சுரம், அம்மை ஒழியும் என்க.

வேம்பு கற்ப மூலிகைகளில் ஒன்று 100-150 ஆண்டுகள் கடந்த வேப்ப மரத்தின் இலை கசம்புமாறி சிறிது இனிக்கவும் செய்கிறது- இத்தகைய மரங்களின் இலை பூ-காய்-பட்டை-வேர் பாகங்களை சமனளவு எடுத்து நிழலிலுலர்த்தி சூரணித்து காலை-மாலை திரிகடியளவு சாப்பிட்டு வர சகல நோய்களும்

தீரும். ஆயுள் பெருகும். இது ஒரு கற்பமாகும். இதற்கு 'வேம்புப் பஞ்சாங்கம்' என்று பெயர்.

புத்தாண்டு தினம் முதலில் நாம் சாப்பிடுவது வேப்பம்பூ சேர்ந்த பஞ்சாமிர்தம், இதனால் வேம்புக்கு நம் முன்னோர்கள் எவ்வளவு முக்கியத்துவம் அளித்துள்ளனர் என தெளிவாகும்.

வேப்பம்பூ ரசம் துவையல் போன்றவை இன்றும் நம் கிராமங்களில் பிரசித்தம்.

கசப்பான பொருள் பித்தவிருத்தி செய்யும் என்பது பொது தத்துவம். ஆனால் வேம்பின் கசப்பு மட்டும் பித்தத்தை சாந்தப் படுத்தும் தனி குணம் பெற்றுள்ளது அற்புதமாகும்.

வேம்பின் இனம் பிஞ்சில் வரும் பால் பாஷாணத்தைக் கட்டும். வேப்பமரம் மாரியம்மன் கோயில்களி ஙகளில் ஸ்தல விருட்சமாக துதிக்கப்படுகிறது. இதை சக்தியென்றும் அரச மரம் சிவன் என்றும் கருதி இரண்டு மரங்களையும் சேர்த்து நட்டு பயிரிட்டிருப்பதை நாம் பார்க்கலாம். பொதுவாக இவை குளக்கரையில் நிற்கும்.

மக்கட்பேறு இல்லாதவர்கள், குறிப்பாக பெண்கள் இம் மரங்களை ஒன்பது முறை பிரதட்சணம் செய்து தேங்கா யுடைத்து கற்பூரம் ஏற்றி வணங்கிவருவர்.

கீதையில் கண்ணன் "பறவைகளில் நான் கருடனாகவும், மிருகங்களில் சிங்கமாகவும், மரங்களில் அரசனாகவும், ஊர்வன வற்றில் நாகமாகவும் இருக்கிறேன்" என்று சொல்லுகிறார்.

நாம் இதிலிருந்து அரசன் ஒரு தெய்வீக மரம் என்று அறிகிறோம். மேலும் சாத்திரங்களில் எல்லா மரங்களிலும் வேம்பு சிறந்ததெனக் காண்கிறோம்.

இவ்விரண்டும் சேர்ந்து காற்று மண்டலத்தை சுத்தி செய்து நம் நோய்களை தீர்க்கிறது.

"அரச மரத்தை சுற்றி வந்து அடிவயிற்றை தொடு" என்ற பழமொழி வழக்கிலுள்ளது. மகப்பேறில்லாதவர்கள் இம்மரங்களை ஒரு மண்டலம் சுற்றி வந்தால் மகப்பேரு உண்டாகுமென சாத்திரங்களில் குறிப்பிட்டுள்ளதல்லாது பலகாலமாக நம் அனுபவத்தில் வந்துள்ளது.

மனித இனத்தில் எப்படி பஞ்சமாபாதகங்கள் செய்யும் சண்டாளர்களும் அதற்கெதிரான சாதுக்களும் உள்ளனரோ (காஷயம், தாடிகள் முதலியன வேஷங்கள் போட்டு பாமர மக்களை ஏமாற்றுபவர்கள் அல்ல) அதே போல உயிரைக் கொல்லும் விஷ மூலிகைகளுக்கு எதிராக நம் உடலையும் உயிரையும் நீட்டும் கற்ப மூலிகைகளும் உள்ளன. ஆனால் கொல்லும் மூலிகைகள் வெகு சில.

இறைவன் புல் மரம் முதலியவைகளில் தெய்வீகத்தை அமைத்து படைத்திருக்கிறார். சில புற்களை கையில் பிடித்தால் சுற்றிக் கொண்டே இருக்கும். சில புற்கள் இரவில் வெளிச்சம் காட்டும். இப்படி எத்தனையோ சொல்லலாம்.

வேப்பமரத்தின் எல்லா பகுதிகளும் மருந்துக்கு பயன்படுபவை. வேப்பம்பட்டை நீரிழிவுக்கு சிறந்த மருந்து. இங்கு மதுமேகம் (Diabetis Mellitus) என்பதை குறிப்பிடவில்லை. சிலருக்கு நாள் ஒன்றுக்கு இருபது முப்பது முறை சிறுநீர் இறங்கும். உடற்தசை நாளுக்கு நாள் கரைந்துவிடும் நோயாளிகள் வேப்பம்பட்டை சூரணம் செய்து காலை மாலை அரை தேக் கரண்டியளவு ஒரு மண்டலம் பாலில் சாப்பிட குணமாகும். மதுமேக நோயுள்ளவர்கள் இத்துடன் சமளவு நாவல்பட்டை சூரணம் கலந்து வைத்துக்கொண்டு சாப்பிட்டு வர தீரும்.

வேப்பம் பூ நாட்பட்டதாயின் மிக நல்லது. ஒருவருடம் சென்ற பூவை துவையலாகவோ, ரசத்தில் சேர்த்தோ வாரத்திற் கொரு முறை சாப்பிட்டு வர நோய்கள் வராமல் தடுக்கலாம்.

பின் விளைவுகளைக் கொண்ட தடுப்பு ஊசிகளைவிட மிகவும் சிறந்ததாகும்.

வேப்பங்கொட்டையிலிருந்து எடுக்கும் எண்ணையில் சிறிது சுக்கு, பூண்டு, முதலிய சரக்குகளைக் கூட்டி காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு பிறந்த குழந்தை முதல் முதியோர் வரை அளவோடு சாப்பிட்டுவர மலாசியக் கிருமிகள் ஒழிவதுடன் சுரம், மாந்தம் போன்ற பல நோய்கள் அகலும். மாடுகளுக்கு வரும் கோமாரி நோயை இந்த தைலத்தால் பல முறை குணப்படுத்தியுள்ளேன்.

இதன் இலைகளை தண்ணீர் தெளித்திடித்து சார்பிழிந்து வேளைக்கு 20 மில்லியளவு காலை பகல் மாலை அருந்திவர மோசமான மஞ்சட்காமாலை குணமாகும்.

சிலருக்கு உடலில் திடீர் திடீரென தடிப்புகள் வரும் தானாக மறையும் இதை ஒவ்வாமை (Alergy) என்பர். சில நேரங்களில் உதடுகள் வீங்கும், லேசாக நமைச்சலும் ஏற்படும். இந்நோய்க்கு முன்பு குறிப்பிட்டுள்ள இலைச் சாற்றை முறைப்படி இருபது நாட்கள் கொடுக்க பூரண குணமாகும்.

சன்னி கண்டு பிரலாபிக்கும் நோயாளிக்கு வேப் பெண்ணையில் சிறிது கற்பூரம் சேர்த்து சூடாக்கி உச்சியில் தேய்க்க சன்னி தீரும். இதன் மகிமையால் எத்தனையோ வழிகளில் நம் உடலை பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம்.

அம்மை கண்டவர்களைச் சுற்றி வேப்ப இலை கொத்துக் களை போட்டு வைத்தால் இலைகளின் வாசனையால் நோயின் வேகம் தணியும்.

வேப்ப இலையுடன் சிறிது மஞ்சள் சேர்த்தரைத்து அம்மைப் புண், கொப்புளங்களில் மேல் தடவிவர ஆறும்.

வயிற்றில் குன்மக்கட்டி தோன்றி பசி குறைந்து உடல் மெலிந்திருப்பவர்கள் வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடியில் பூண்டு பத்துப்பல், சீரகம் மூன்று சிட்டிகை சேர்த்தரைத்து இதை

இரண்டு பகுதி யாக்கி காலை மாலை இம்மாதிரி 20 நாட்கள் சாப்பிட்டுவர கட்டி கரைவதுடன் பசியையும் தூண்டும்.

இதன் மகிமையை எழுத எழுத அது ஒரு பெரிய வரலாறாக மாறிவிடும். அருமை இக்கற்பக விருட்சமாகும் இது.

பொதுவாக வேப்ப மரத்திற்கு புழுக்கொல்லி, வீக்கம் நீக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி, குணங்களைப் பெற்றதாகும்.

கடவுளும் மோட்சமும்



வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமையா

அருள்ஜோதி பதிப்பகம்

கடவுளும் மோட்சமும்

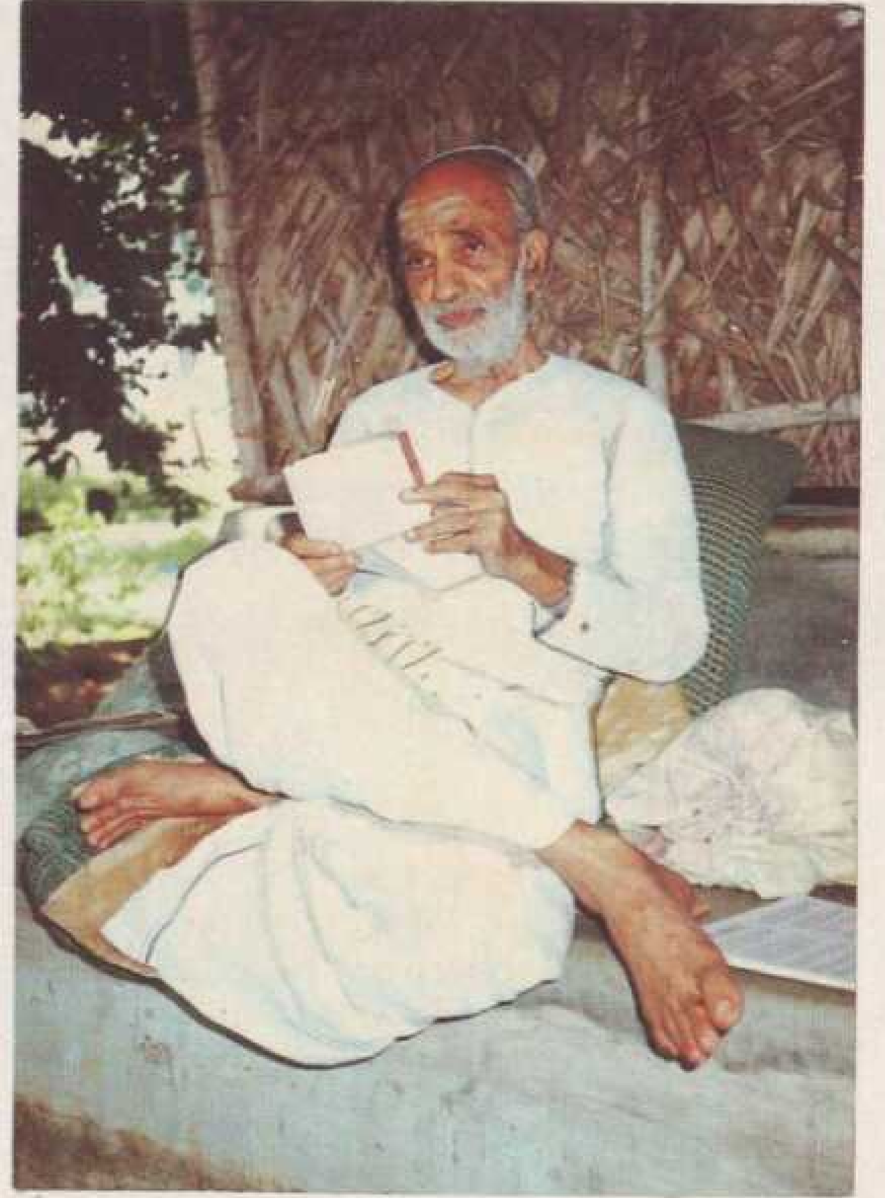
ஆசிரியர்
வைத்தியாத்னம்
வி. பலராமய்யா, பி.ஏ.பி.எல்.
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வில்)

வெளியிடுவோர் :
அருள் ஜோதி பதிப்பகம்
10, ஜட்ஜ் பங்களா, பாஞ்சாலி
அம்மன் கோயில் தெரு, சஞ்சீவி நகர்,
அரும்பாக்கம், சென்னை - 600 106.
போன் : 422521

முதற் பதிப்பு. அக்டோபர் 1976
இரண்டாம் பதிப்பு, மார்ச் 1994

விலை ரூ. 20/=

அச்சிட்டோர்
எஸ்.கே. ஆர்ட் பிரிண்டர்ஸ்,
24, சின்னப்ப ராவுத்தர் தெரு,
திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 5.
போன் - 844727





பொருளடக்கம்

கடவுளும் மோட்சமும்

ஓங்காரமென்ற ஏகாட்சரமே பரபிரமமம். அதன் உட்பொருளையறிந்து அநுபவித்தவனே பிரம்ம நிலையடைந் தவன்: சாகா நிலையடைந்து மோட்சம் என்னும் முத்தி நிலையை யடைந்தவன்: அவனே மஹரிஷி, சித்தன், சர்வ வித்தியாசாரியன் என்பதே எல்லா வேதங்களின் முடிவு.

ஆதியும் அந்தமுமில்லாத ஜோதிஸ்வரூபமே கடவுள் என்று சொல்லப்படுகிறது. "அங்கிங்கெனாதபடி எங்கும் பிரகாசமாய் ஆனந்த பூர்த்தியாகி," என்று தாயுமானவர் தொடங்குகிறார். நான் ஓங்காரமாயுள்ளேனென்று கடவுளே சொன்னதாக நான்கு வேதங்களும் முழங்குகின்றன. "பிராணோப்ரஹ்ம" என்பதில் பிராணனே பிரம்மம் எனப்படுகிறது.

"அநாத்யாத்மமப்ராணோவாவ ஸம்வர்க்கம்" என்பதினால் பிராணனே ஸம் வர்க்கம்: மனம், வாக்கு முதலிய எல்லா வற்றையும் பிராணனே இழுத்துக் கொள்ளுகிறதென்று பிருஹ தாரணிய கோபநிஷத் சொல்லுகிறது.

ஆத்மாவே கடவுள், அது அல்ல, அல்லவென்று தான் சொல்ல முடியும். அது அறிவிற்கும் எட்டாதது. இவ்விதம் யாக்ஜவல்கியர் ஜனகருக்கு உபதேசித்ததாக பிருஹதாரணிய கோபநிஷத்தில் காணப்படுகிறது.

இவ்வுலகுக்கு முதற்காரணமாய் விளங்குவது ஆதியென்ற பெண்ணும், பகவன் என்னும் ஆணும் என்று திருவள்ளுவர் திருக்குறளை ஆதாரமாகக் கொண்டு சிலர் வியாக்யானம் செய்கின்றனர்.

கட+வுள் = கடவுள், அதாவது உள்ளத்தைக் கடந்தவர் என்று சிலரும், கடம்+வுள், அதாவது சரீரத்தில் உள்ளவர் என்று சிலரும், கடவுளை பிரித்து, கூட்டி, கழித்து சொல்வராயினர்.

ஆத்மாவே கடவுள்: ஒவ்வொரு மனிதனும் ஆத்ம சொரூபம். ஆகவே ஒவ்வொரு சீவனும் பரமாத்மாவே. அதாவது அகம்பிரம்மோஸ்மி (நானே பிரம்மம்). ஓம் சிவோஹம் (நானே சிவம்) என்று சிலர் சொல்கின்றனர் இக்கூற்றுக்கு அத்வைதம் என்ற நாமத்தை சூட்டினர்.

அதெல்லாம் சரியல்ல: பரமாத்மா வேறு, சீவாத்மா வேறு: சீவாத்மா பரமாத்மாவின் அம்சமாயிருப்பினும் அது தனித்து இயங்கி பிறகு பரமாத்மாவுடன் கலக்கிறதென்று சிலர் சொல்வர், இக்கூற்றிற்கு துவைதம் என்ற நாமம் சூட்டினர்.

சீவாத்மா தானென்ற நிலையற்று பரமாத்மாவிடம் சரணாகதியடைவதே முக்திக்கு வழியென்று விசிஷ்டாத்வைதிகள் சொல்வர்.

பரமாத்மா ஜோதி சொரூபம்: வேறொன்றுமில்லை: அருட்பெருஞ்சோதியே தெய்வம் என்று சிலர் சொல்வர்.

அதல்ல: நாராயணனே முதற்கடவுளென்று வைஷ்ணவர் களும்: சிவனே முதற்கடவுளென்று சைவசமயத்தைச் சேர்ந்தவர் களும் வாதாடுவர்.

ஏசுநாதர் ஒருவரே கடவுளின் மகன், அவர் ஒருவரே நம் பாவத்தைக் கழுவவல்லவர்: மோட்சத்துக்கு அனுப்பவல்லவ ரென்று கிருஸ்துவர்கள் சொல்வர்.

அல்லாவே முதற்கடவுளென முகம்மதியர்கள் சொல்வர்.

இதெல்லாம் சரியல்ல: அக்னி தான் தெய்வமென்று பாரசீகர்கள் சொல்வராயினர்.

இந்து மதத்தில் ஒரு பகுதியான சைவர்கள் பல கோயில்கள் அமைத்து ஒவ்வொரு மூர்த்திக்கும் தனிப் பெயரிட்டனர், உதாரணமாக பிருஹதீஸ்வரர், பட்சீஸ்வரர், கபாலீஸ்வரர், குற்றாலநாதர், மணிகண்டேசுவரர் என்று ஆயிரக்கணக்கான நாமங்களை சூட்டினர். முருகன் தான் கண்கண்ட தெய்வமென்று, அவருக்கும் பல கோயில்கள் அமைத்து ஒவ்வொரு மூர்த்திக்கும் ஒரு தனிப்பெயரிட்டனர். அதைப் போன்றே விநாயகருக்கும், முதலில் அவருக்கு வணக்கம் செலுத்திவிட்டு பிறகு மற்ற

மூர்த்திகளை வணங்குவது வழக்கமாயுள்ளது. ஏனெனில் அவர்தான் முதற் கடவுளாம். ஏன்? சிலர் அவரை வீட்டிற்கு காவலாளியாக, தன் வீட்டிற்கு வரக்கூடும் தோஷத்தை அவர் பெற்றுக் கொள்வதற்காக சுற்றுப்புற சுவற்றில் அமைத்துள்ளனர். ஒவ்வொரு கோயிலுக்கும் புராண கதைகளும் உண்டாக்கினர். அக்கோயில் பூசாரி இதைப்போன்ற தெய்வம் வேறெங்குமில்லை: எல்லாவித செல்வங்களையும் தரக்கூடியவர் இவர் ஒருவர்தா னென்ன சாதிப்பார்.

இதையெல்லாம் நோக்குங்கால் சிவன் என்பவன் ஒருவனேயல்ல: பல சிவன்கள் இருக்கின்றதென்ற எண்ணம் பாமர மக்களுக்கு உண்டாகுமென்பதில் ஐயமில்லை.

அதைப் போன்றே வைணவர்களும், ஒவ்வொரு மூர்த்திக்கும் தனிப்பெயர் சூட்டினர். வெங்கடாஜலபதியே கலி யுகத்தில் கண்கண்ட தெய்வமென்றும் எல்லாவித துக்கங் களையும் நீக்கி சர்வ ஐஸ்வர்யங்களையும் தர வல்லவரென்றும் சொல்வர். ஐயப்பாவே சக்தி வாய்ந்த கடவுள்: மலையாள நாட்டில் அவர் இருக்கிறார்: ஐயப்பா! சாமியே சரணமென்று கூக்குரலிட்டுக் கொண்டு செல்லுங்கள் மண், பெண், பொன் எல்லாவற்றையும் தரவல்லவரெனச் சிலர் சொல்வர்.

சித்தர்கள், பூரணமே தெய்வமென்பர்.

"ஓம் பூர்ணமத: பூர்ணமிதம் பூர்ணாத் பூர்ண முதஸ்யதே பூர்ணஸ்ய பூர்ணமாதய பூர்ணமே வா வஸிஷ்யதே" என்று பிருஹதாரணிய கோபநிஷத் ஆரம்பிக்கிறது.

அதாவது ஓம் பூர்ணம், இது பூர்ணம், அது பூர்ணம்: பூர்ணத்திலிருந்து பூரணம் உதயமாயுள்ளது என்பதினால் பூர்ணமே கடவுள் எனப்படுகிறது.

ஏனய்யா இத்தனை கடவுள்களென்று கேட்டால் சதுர்வித பண்டிதர்கள், அநுபவஞானமில்லாதவர்கள், எல்லாம் ஒன்று தான் என்று சொல்லி முடித்து விடுவர். அதோடு நில்லாமல் அவ்வித

கேள்விகளை எழுப்புவோனை நாஸ்திகனென்று சொல்லி புறக்கணிப்பர்.

இதோடு கடவுளைப் பற்றி நிறுத்திக் கொண்டு மோட்சத் தைப் பற்றி ஆராய்வோம். மோட்சம் என்பது உடல் பிணமாகி, சீவன் இரண்டுவகை லோகங்களில் ஏதாவதொன்றில் போய் அடைகிறதென்பர். புண்ணியம் செய்தவன் தேவலோகம் செல்கிறான். அங்கு கிடைக்காத பொருளில்லை. எப்போதும் பூத்து, காய்த்து பழுத்த பழங்கள் செடிகளில் உண்டு: ரம்யமான பூங்காக்கள், நீர்வீழ்ச்சிகள், நவருசிகரமான மதுபானங்கள்! அழகே உருவாயுள்ள தேவதாசிகள்: ரம்பா, ஊர்வசி: மேனகா, திலோத்தமை முதலிய பெண்கள் உண்டு: அப்பெண்கள் அங்கிருக்கும் சீவன்களுக்கு நினைத்தபோது சுகத்தைத் தரக் காத்திருப்பர். இவ்வித லோகங்கள் ஈரேழு பதினாலு உண்டு. அவரவர்கள் செய்த புண்ணியத்திற்கேற்றவாறு ஆங்காங்கு செல்வர்.

பாபம் செய்தவன் நரகலோகத்திற்கு இழுத்துச் செல்லப் படுவன். அங்கு அவனை பலவிதமான சித்திரவதைகளுக்கு எம தூதர்கள் ஆளாக்குவர்.

வைணவர்கள் நாராயணன் வைகுண்டத்தி லிருக்கிறாரென்றும் அவரை ஸ்மரணை செய்வோரின் பாபங் களெல்லாம் பொசுக்கப்பட்டு அவர் இருப்பிடமான வைகுண்டத்திற்குப் போய் சுகபோகங்கள் அநுபவிப்பார் களென்றும், அதைப் போன்றே சிவபக்தர்கள் சிவன் குடியிருக்கும் கைலாயத்துக்குப் போவாரென்றும் சொல்லப் படுகிறது.

அம் மோட்ச லோகத்தில் தான் செய்த புண்ணியத்தின் அளவுக்கு சுகபோகங்களை அநுபவித்துவிட்டு, கணக்கை முடித்துக் கொண்டு மறுபடியும் பூலோகத்துக்கு வந்துவிடுவன். அதைப் போன்றதே நரக லோகம்.

மோட்சம் என்பதற்கு இவ்வகையான விளக்கங்கள் தரப்படுகிறது.

இவ்வித குழப்பங்களிடையே இந்நூல் மற்றொரு தெய்வத்தையோ மோட்ச லோகத்தையோ உண்டாக்காது.

வேதங்களிலிருந்தும், உண்மை சைவ நூல்களிலிருந்தும் ஆதாரங்கள் பெற்று, கடவுள், மோட்சம் என்பனவற்றைப் பற்றி சில வார்த்தைகள் சொல்லி, அவைகளின் உண்மையைக் கண்டு கொள்ள முயற்சிப்பவர்களின் முன் அக்கருத்துக்களை வைப்பதே இந்நூலின் நோக்கமாகும்.

இந்நூலைப்படிப்பதினால் ஒருவன் உண்மைப் பொருள் அநுபவத்திற்கெட்டாதெனினும், அது அல்ல, இது அல்ல என்ற உணர்ச்சியாவது கிட்டக்கூடும். ஏனெனில் வெறும் சாஸ்திர ஆராய்ச்சியினால் உண்மைப் பொருளை அறிய முடியாதாம்.

"கற்றதும் கேட்டதுந்தானே யேதுக்காகக்
கடபட வென்றுருட்டுதற்கோ கல்லாலெம்மான்
குற்ற மரக்கை காட்டுங்கருத்தைக் கொண்டு
குணங்குறி பற்றின்ப நிட்டை கூடவன்றோ"

என்று தாயுமானவர் சொன்னபடி படித்து விட்டு கடபடவென்றுருட்டுவதால் யாருக்கென்ன பயன்: கை காட்டும் காரணகுருகிட்டினாலல்லவோ இன்ப நிட்டை கை கூடும்.

அநுபூதிஞானம் சிறிதுமில்லாதவர்கள் ஞானிகளுடைய சொற்களை மனனம் செய்து கொண்டு அநுபவமுடையார் போல் ஞானத்தைப் பற்றிப் பேசுவதும் மகிழ்வதுமாயிருக்கின்றனர். அதோடு நிற்காது ஞானச் சொற்களுக்கு விபரீதமான விளக்கங்களையும் தருவர்.

"அநுபூதிம் விநா மூடோவ்ருதப் ரஹ்மணி
மோதிதே! ப்ரதிபிம்பி சோகாக்ர பலாஸ்வாத
நமோதவத்!!"

என்று ஓர் வடமொழி உண்டு.

அதாவது மரத்தின் கிளைகளிருக்கும் பழங்களின் பிரதி பிம்பங்களைத் தண்ணீரிற் கண்டு அவற்றைத் தின்று: மகிழ்வானைப் போல அநுபூதி ஞானமில்லாத மூடன் பிரம்மத்தின் கண் வாளா மகிழ்கின்றனர் என்பதாம்.

இம் மூடர்கள் தன்னைத் தான் ஏமாற்றிக் கொள்வதன்றி பிறருக்கும் கெடுதி செய்கின்றனர். கேடு கெட்ட நூல்களை எழுதுபவன், கல்லறையில் தான் அழுகுவதன்றி, மக்களுக்கும் பெருந்தீங்கு செய்கிறானென்று ஒரு மேனாட்டு மேதை சொல்கிறார்.

"தனக்குத் தெரிந்த மட்டில் ஒருவன் எழுதட்டும்: ஏனெனில் எனக்கு பல சந்தேகங்கள் உள்ளன" என்று மற்றொரு மேதாவி சொல்கிறான்.

"பாடல் என்பது என்னவென்று தெரியாது நான் 40 வருடங்களாக பாடல்கள் எழுதிக் கொண்டிருந்தேன்," என்று ஒரு ஆங்கில மேதாவி சொல்கிறார்.

எதுகை, மோனை என்ற வார்த்தைகளைத் தெரியாதவர்கள் கூட பாடல்கள் எழுதி கடைவீதிகளில் விற்கின்றனர். இவ்வகைப் பாடல்களைப் பற்றி ஓர் சித்தன் வேடிக்கையாகப் பாடுகிறார்.

"அம்பலப்பாட்டே அருள் பாட்டு
அல்லாத பாட்டு வெறும் பாட்டு
சிதம்பரப் பாட்டே திருப்பாட்டு
மற்ற சீவர்கள் பாட்டு தெருப்பாட்டு"

என்கிறார்

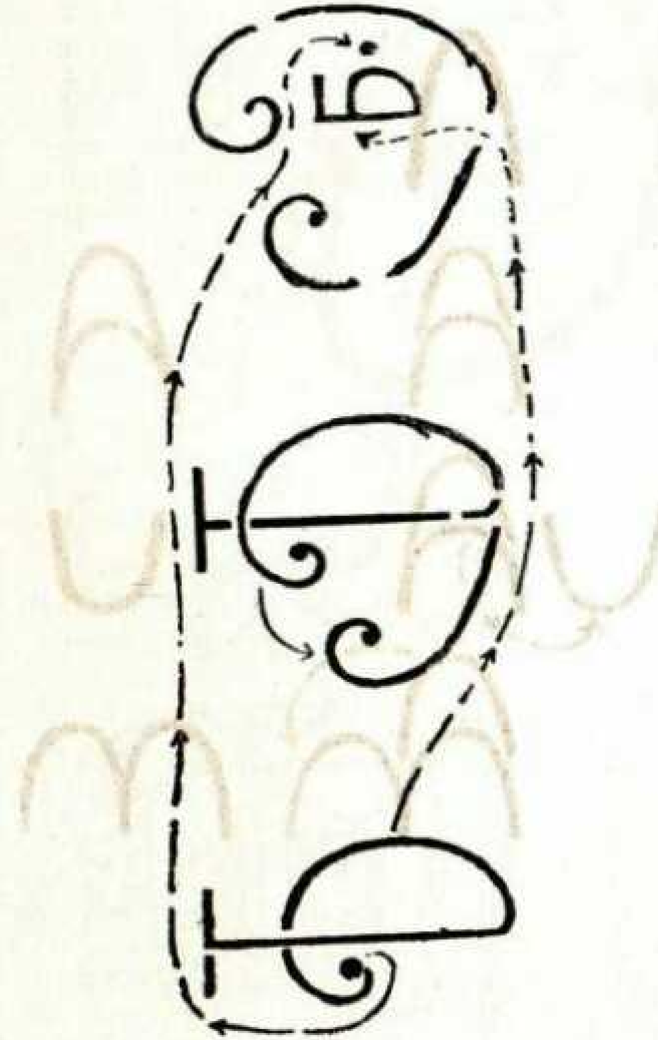
எல்லா ஆரிய வேதங்களையும், தமிழ் வேதங்களையும் நாம் ஆராய்ச்சி செய்து பார்ப்பின், எல்லாவற்றிலும் "ஓம்" என்ற பொருளைப் பற்றி பிரசித்தமாகச் சொல்லப்பட்டுள்ளது. "ஓம்" என்ற நாதத்துடனே வேதங்கள் ஆரம்பிக்கின்றன. இந்த "ஓம்" என்ற பொருளே அநாதியானது: இதுவே "அ" என்ற நாதமாகவும் "உ" என்ற விந்தாகவும் பரிணமிக்கிறதென்றும் இவ்விரண்டையும் சேர்க்கக்கூடிய அக்கினி மகரமாகவும் விளங்குகிறதென்றும் சொல்லப்படுகிறது. "நான் அகாரமாகவும், உகாரமாகவும் மகார மாகவும் இருக்கின்றேன் என்று உபநிஷத் வாக்கியங்கள் சொல்கின்றன.

திருமூலர், மணிவாசகர், மற்ற எல்லா சித்தர்களும் இந்த ஓங்காரமென்ற ஒரெழுத்திலேயே எல்லா அண்ட பிண்ட சராசங்கள் அடங்கியுள்ளனவென்று சொல்லலாயினர். இதன் உட்பொருளை அறிந்தவனே ஞானி, மகரிஷி என்றும் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

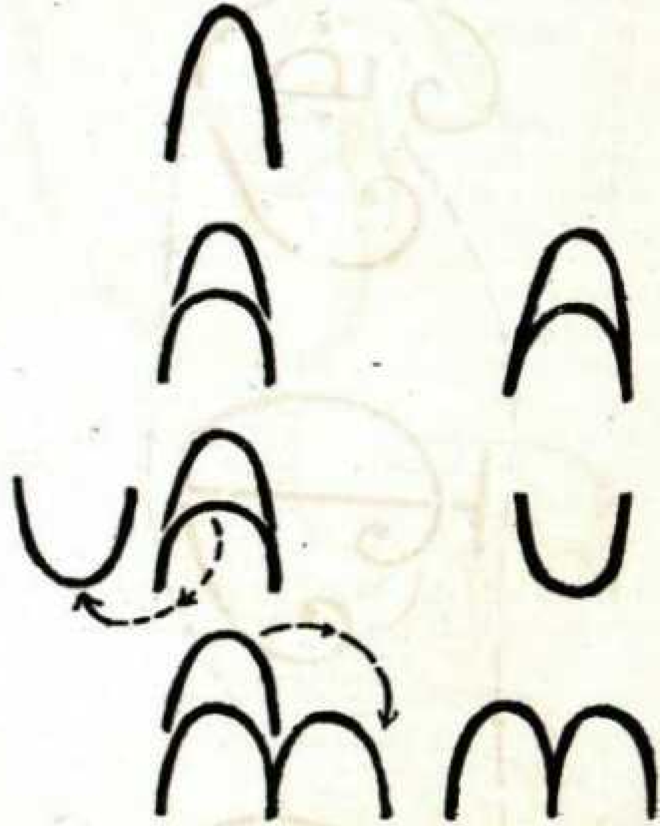
ஓங்காரத்தின் உட்பொருளையறியாதவர்களும் கடிதமோ, திருமணப் பத்திரிக்கையோ எழுத ஆரம்பிக்குமுன் தலைப்பில் "ஓம்" அல்லது "உ" என்ற எழுத்தை அமைத்து எழுதுவதை நாம் காண்கிறோம். "உ" என்பது பிள்ளையார் சுழியென்றும் சொல்வர். பிள்ளையார் என்னும் விநாயகரே முதற்கடவுளென்று, எக்காரியம் செய்யப்புகுமுன் பிள்ளையார் என்ற உருவத்தை மண்ணாலோ, மஞ்சளாலோ கண் மூக்கு கால் கையின்றி அமைத்து நைவேத்திய பூஜைகளை முடித்து, பிறகு செய்ய வேண்டிய காரியத்தை துவக்குவர். ஆகவே இந்த "உ" என்ற பிள்ளையார் சுழியில் ஏதோ முக்கியத்துவம் உள்ளதென்பது நமக்கு புலப்படுகிறது. அதன் உண்மைப் பொருள் தெரியாவிடினும் அவ் அட்சரங்கள் காரிய சித்தியளிக்குமென்ற நம்பிக்கையுடன் அவ்வண்ணம் செய்கிறோம்.

ஆசான் மாணாக்கனுக்கு அட்சராப்பியாசம் துவக்குங்கால் "அரிஓம் நன்றாக, குரு வாழ்க: குருவே துணை" என்று வாய்மொழியாய் உபதேசம் செய்து அதன் பின் "அ என்ற வரிவடிவை எழுதிக் காட்டுவது பண்டைக் காலத்திய வழக்கமாயிருந்தது. திண்ணைப் பள்ளியில் ஆசிரியரும் முதலில் கற்றுக் கொண்டது அதுவேதான், காலமாறு பாட்டினால் இப்பழக்கம் மறைந்தது.

கிருஸ்துவர்களும் (Aum) ஓம் என்ற நாதத்தை உபயோகப் படுத்துவதை நாம் பார்க்கிறோம். இதுவே உ.அ.ம் இதுவே மும்மூர்த்திகள். இதையே ஆங்கிலத்தில் டிரினிடி (Trinity) யென்பர். "Trinity Church" என்றும் தங்கள் கோயிலுக்கும் பெயர் அமைப்பர். ஹிந்துக்களும் திரிசூலத்தை வணங்குவர். 'Munich' என்னும் நாட்டில் திரிசூலத்தையேந்திய கற்சிலை 2ஆம் நூற்றாண்டில் செய்து வைத்துள்ளனர். அது ஓர் அரசனுடைய



AUM in 'A'





சிசுவின் ஓங்கார ரூபம்



குடலின் ஓங்கார ரூபம்

உருவச்சிலையெனப்படுகிறது. ஆனால் இந்த திரிசூலம் அல்லது டிரினிடி என்பதற்கு பொருள் அறியாமலேயே அதற்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்திருக்கலாம்: அல்லது பொருள் அறிந்தே செய்திருக்கலாம்.

ஓர் சிசு தன் தாயின் கர்ப்பாசயத்திலிருந்து வெளி வந்ததும் "உ-அ" "உ-அ" என்று அழுகின்றதை நாம் அறிவோம். ஐயோ! நான் பல ஜென்மாக்கள் எடுத்தும் இவ்வட்சரங்களின் பொருள் எனக்கு யாரும் அறிவித்திலரே! இதன் தத்துவார்த்தத்தை விளக்கி இச்சென்மத்திலாவது என்னைக் கடைத் தேற்றுபவர்கள் உளரா? கோரமான சாவை எத்தனை எத்தனையோ அனுபவித்தேனே: ரத்தமும் அழுக்கு நீரும் கலந்த இப்படுகுழியில் காராக்ரகவாசம் எத்தனை முறைகள் செய்வது? உ-அ வென்று கத்துகிறேன்: எல்லோரும் கேளுங்கள்! இம்முறையாவது என்னை நன்னெறியில் திசை திருப்பி விடுங்கள்: உலக பிரமையில் இழுத்து அழுத்திவிடாதீர்களென்று அச்சிசு கத்துகிறதென்று சொன்னால் தவறாகாது.

அதன் பிறகு அச்சிசு அம்மாவென்று துவக்குகிறது. அதற்கு யாரும் அதை கற்பிக்காமுன்னமேயே அவ்விதம் பேசுகிறது. ஒரு கன்று பிறந்தவுடன் அம்மாவென்று கத்துவதை நாம் கேட்கிறோம் அந்த 'அ' 'ம்' என்ற அட்சரங்களை யார் அதற்கு உபதேசித்தது? அதன் பின்' சிசு அப்பா, அக்கா, அத்தை, யென்று இந்த "அ" அக்கரத்தை முதலாகக் கொண்ட வார்த்தைகளைப் பேசத் துவக்குகிறது. பள்ளியிலும் இந்த "அ" என்ற அக்கரத்தையே ஆரம்பிக்கிறது. எல்லா மொழிகளிலும் "அ" என்ற அக்கரமே முதலாக உள்ளதென்பதை நாம் அறிகிறோம்.

ஆகவே ஓம், அ.உ.ம வென்னும் அட்சரங்களுக்கு ஏதோ தனிச் சிறப்பு உண்டென்பதை நாம் உணருகிறோம்.

சைவ சித்தாந்த சுருதிகள், வேதங்கள் எல்லாமே இந்த அட்சரங்களையே ஒலிப்பதன்றி, இவையன்றி வேறொன்று மில்லையென்று சொல்கின்றன. இவை பஞ்ச பூத வடிவாய் ஓங்காரத்தினின்று கிளம்பியதாம். இதுவே ஆதி அந்தமாக நிற்கின்றதாம்: சிவம் சக்தியாக விளங்குகிறதாம்: அகார

உகாரமாய் ஞானிகள் கண்ணால் காணக்கூடிய பொருளாயுள்ளதாம். ஆனால் அவிவேகளுக்கு ஓர் புதைப் பொருளாயுள்ளதாம்.

மனித வடிவமே ஓங்காரமாயுள்ளதென்றும், அதுவே ஆறு ஆதாரங்களென்றும் ஐம்பத்தொரு அட்சரங்களென்றும், நமசிவாயமென்றும் சொல்வர்• ஆனால் அவைகளிலிருந்து யாரும் எவ்வித விளக்கமும் பெற முடியாது: உண்மைப் பொருள் அறிய முடியாதென்பது மெய்யன்பர்கள் ஒத்துக் கொள்வர்.

இந்த ஓரெழுத்தின் தன்மையை அறிந்தவனே ஞானி, சித்தன், கடவுளென்றும் சுருதிகள் சொல்கின்றன. சைவ, வைணவ நூல்களில் இது பல நாமங்களுடன் விளக்குவதைக் காணலாம், இங்கு ஒரு சில பாடல்களை மாத்திரம் குறிப்பிடுவோம்.

"ஏகமெனும் ஓரெழுத்தின் பயனைப்பார்த்து
எடுத்துரைத்தார் இவ்வுலகில் ஒருவரில்லை
ஆகமங்கள் நூல்கள் பல கற்றுக்கொண்டு
அறிந்தோமென்பார் மௌனவித்தையறிந்தோமென்பார்
வேகாத்தலை, சாகாக்கால் விரைந்து கேளு
அதையெடுத்துரைப்பவனே ஆசானாகும்
தேகமதில் ஓரெழுத்தை காண்போன் ஞானி
திரு நடனம் காண முத்திசித்திதானே"

- என்கிறார் அகத்தியர்

ஓரெழுத்தின் பயனைப் பார்த்து யென்பதால் அதன் உட்பொருளை அறிந்து அநுபவித்தவனே ஞானியென்பதாம். அவனே பிராமணன்: மற்றோர்களெல்லாம் சூத்திரர் என்பது உபநிஷத் வாக்கியம். ஆகமங்களை கற்றுக் கொண்டு அறிந்து கொண்டேனென்று ஒருவன் எல்லாம் சொன்னானேயானால் அவனை ஆதி அந்தமென்ப தென்னவென்று கேள். அதற்குப் பொருள் சொல்வானாயின் அவனே ஆசான். இல்லையெனில் அவன் தலையில் குட்டுபோடு என்று அகத்தியரே கீழ்க்கண்டபடி சொல்கிறார்.

ஓங்கார ரூபம்



"ஆளப்பா ஆதியந்தமறியெனென்றால்
அதட்டியே அவன் சிரசில் குட்டுபோடு
கேளப்பா குறியறியா ரிடத்திற்றானுங்
கூடாதே கூடினதால் தோஷமுண்டு

என்பதை நோக்குக

ஆதி அந்தமே, வேகாத்தலை சாகாக்காலென்பதாம்

இந்த ஓங்காரப் பொருளையறிந்து சொல்லக் கூடியவனே இறைவன் என்று சொல்லுகிறார் அகத்தியர்.

"உந்தியெனு நிலையெங்கே, வறுகோணமெங்கே
ஓங்கார நிலையெங்கே உற்ற விடமெங்கே
மந்திரமும் சாத்திரமும் பிறந்ததெங்கே
மறை நாலும் பிறித்தவயன்மாலெங்கே
முந்திவரும் கணபதியும் பிறந்ததெங்கே
முக்கோண முனையெங்கே வடிதானெங்கே
இந்த வகை பொருளறிந்து சொல்வார் தம்மை
இறைவனென்று கருதியியம்பலாமே"

சற்குருவும் சகநிதியுமானதெங்கே
சாகாதகாலெங்கே வேகாத தலையுயெங்கே
முப்பொருளும் ஓர் பொருளாய் நின்றதெங்கே
முனையெங்கே தலையெங்கே முதுகுமெங்கே
நற்கலமாய் ஆயிரத்தெட்டிதழுமெங்கே
நாலுகை ஒரு பாதமானதெங்கே
இப்பொருளையறிந்துரைக்கும் பெரியோர் தம்மை
இறைவனென்றே கருதியியம்பலாமே

- என்பதைக் காண்க

இவ்விதமாக அறிஞர்கள் எல்லோரும் இந்த ஓரெழுத்தை ஏகாட்சரத்தின் மகிமையைச் சொல்வதை நாம் ஆழ்ந்து சிந்திக்க வேண்டியுள்ளது.

பிரம ஞானிகள் கடவுள் என்பதை அக்ஷரம் என்று சொல்கின்றனர். இந்த அக்ஷரத்தை அறியாமல் எவன் ஒருவன்

இவ்வுலகில் பல்லாயிர வருஷங்கள் ஹோமம் செய்தாலும் யாகம் செய்தாலும் தவம் செய்தாலும் அது எல்லாம் அப்பிரயோஜனம்: இந்த அக்ஷரத்தை அறியாமல் ஒருவன் இவ்வுலகை விட்டுச் சென்றால் அவன் கிருபணன் எனப்படுவான்.

(பிரு. உபநிஷத் 8-9-10)

ருக், யஜுர், ஸாமம், அதர்வணம் என்னும் நான்கு வேதங்களும் இவ்ஓங்காரத்துக்கு. நான்கு பாதங்களென்று சொல்லப்படுகிறது.

"அஸ்யயாதச்சத்வாரே வேதா:
சதுஷ்பாதி தமக்ஷரம் பிரம பிரஹ்ம"

(அதர்வணதர்வசி கோபநிஷத்)

அதாவது ஓங்காரமே பரபிரம்மமென்க. இவ்வட்சரத்தின் பொருளே நான்கு வேதங்களிலும் பெறப்பட்டதென்பதாம்.

சர்வ வேதங்களும் எப்பொருளையுணர்த்துமோ அப்பொருளை இவ்வட்சரமொன்றே உணர்த்துவதால் மோட்சத்தை அடைய இச்சிக்கும் ஒவ்வொருவரும் வேதமூலமாகிய இவ் ஓங்காரத்தை அறிய வேண்டியது இன்றியமையாததாகும். எப்படி பிரபஞ்சத்தை அறிந்தவன் பிரபஞ்ச பேதங்களையெல்லாம் அறிகின்றானோ அதுபோல் பிரணவ சொருபத்தையறிந்தவன் சர்வ வேதங்களையும் அறிந்தவனாகிறானென்பதாம்.

அவனே மஹரிஷி: சித்தன்: ஞானி என்னும் நாமம் வகித்த ஸர்வவித்தியாசாரியன் என்பதாம்.

"ஏகஸ்ங்க்யோ விஹீநோஸ்மீத்விஸங்க்யாவாந ஹம்நச
அகாரோகாரருபோஸ்மிமகாரோஸ்மி ஸநாதன:
ஹ்ருதயக்ரந்திஹீநோஸ்மிஹ்ருதாயம்புஞமத்யக :

(சாமவேதமைத்ரேயோபநிஷத்)

பொருள் : நான் (ஏகம்) ஒன்றென்றும் எண்ணும் அற்றவனாயிருக்கிறேன்: இரண்டு (துவிதா) என்னும் எண்ணும்

அற்றவனாயிருக்கின்றேன். அகார, உகார மகாரருபமாயிருக்கின்றேன் எனப்பட்டது.

"அகரமுதல வெழுத்தெல்லாம்
ஆதி பகவன் முதற்றேயுலகு"

- என்று வள்ளுவர் சொல்லுமிடத்து "அ" என்ற நாதம், முதலாகவும் அதுவே இறுதியாக உகாரமாயும் மகாரமாயும் விளங்கி கண்ணுக்கு காணப்படும் பிரபஞ்சத்துக்கெல்லாம் பகவன் என்ற காரணமாய் உள்ளதாம்.

இந்த அகர, உகர, மகரத்துக்கு உபநிஷத்துக்களில் நிறங்களும் சொல்லப்பட்டுள்ளது. இவைகளின் அந்தரார்த்தத்தை அறிந்த ஞானி "பரஞானத்தார் பரத்தை தரிசித்தார் பரமே பார்த்திருப்பர்: பதார்த்தங்கள் பாரார்," என்று சிவஞானசித்தி செய்யுள் பரவித்தையின் பெருமையினை வலியுறுத்துகிறது.

சாந்தோக்யோபநிஷத். இந்த ஏகாட்சரமாகிய "ஓம்" என்பதோடு ஆரம்பிக்கிறது.

"ஓம் ஆப்யாயந்து மமாங்கானிவாக்ப்ராணஸ்சக்ஷு
ஸ்ரோத்ரம் அதேபல மிந்தரியாணிசஸ்ர்
வாணி!"

என்பதை நோக்குக

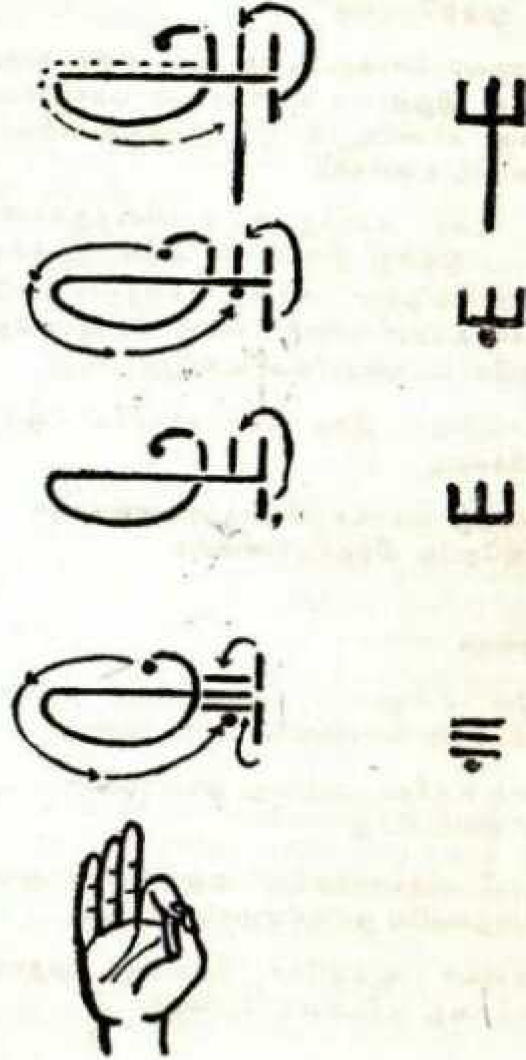
அதாவது "ஓம்" என்னுடைய அங்கங்களும் வாக்கும், பிராணனும், பலமும், என்ற பொருளுடன் ஆரம்பிக்கிறது.

ஸாமத்தின் ரசம் உத்கீதம்: அதாவது ஓங்காரமெனப்பட்டது. "ஸாம ஊத்கீதேரஸ" எனப்பட்டது.

"தேநேயம்த்ரயீ வித்யார்த்ததே." என்றதினால் மூன்று வேதங்களும் ஓங்காரத்தையே ஒலிக்கின்றனவென்பதாம்.

"ஓம் அஸௌவா ஆதித்யோ தேவமது" அதாவது ஓங்காரமே அமிர்தம்: அது சூரியனைப் போன்றது.

அகரத்தில் திரிசூலம், நாமம் (தென்கலை) நாமம் (வடகலை),
விபூதி சின்முத்திரை (திரித்துவ)



இவ்வோங்காரத்தின் உட்பொருளையறிந்த பரஞானி எண்ணிய போகங்களையெல்லாம் அனுபவிப்பான். இச் சாமாத்திரத்தில் எந்த ரூபத்தையும் எடுத்துக் கொள்ளும் வல்லவனாவான். எல்லாம் நிறைந்தவனாகவும் இருப்பான். வேண்டுதல் வேண்டாமையிலாதவனாயிருப்பான். அவன் எண்ணியது எண்ணியதாங்கெய்தும் என்று சொல்லப்பட்டுள்ளது.

(பி.கு. 4,5,8)

அவ்வித பிரம்ம ஞானிக்கு 'கர்மமில்லை; கர்ம சாதனமுமில்லை: தர்மத்தையறிந்தவன்: அடையாளங்களில்லாதவன் என்று சங்கரர் சொல்கிறார்.

இந்த ஏகாட்சரத்துக்கு தமிழ் சித்தர்கள் "நமசிவாய" சாகாக்கால் வேகாத்தலை, அண்டபிண்டம், நாதவிந்து ஆதி அந்தம் அகர உகரம் எனப்பல பரிபாஷை நாமங்களை சூட்டினர்.

'நமசிவாய' என்ற பஞ்சாட்சரம் ஓங்காரத்தின் மற்றொரு பெயரென்று மேலே சொன்னோம்.

"சிவாயநமவென்று சிந்தித்திருப்போர்க்கு
அபாயம் ஒரு நாளும் இல்லை - உபாயம்
இதுவேயாகும் அல்லாததெல்லாம்
விதியே மதியாய் விடும்."

ஒரு ஔவை பிராட்டி சொல்கிறார்.

சிவாய நமவென்று சிந்தித்தால் அபாயம் ஒரு நாளும் இல்லையாம்.

சிவாய நமவென்று சொல்பவர்களை நாம் பலரைப் பார்த்துள்ளோம். ஆனால் அபாயம் அவர்களுக்கு வராமலாயிருக்கிறது. சோதனை என்பது மரணம் என்று ராமலிங்கர் சொல்கிறார். ஆகவே மரணமென்ற அபாயம் நமசிவாய என்று சொல்வோர்க்கும் விரைவில் தான் வருகிறது. மாண்டு தான் போகிறார்கள். ஆகவே நாம் அறிவது யாதெனில் இந்த பஞ்சாட்சரத்தை மனனம் செய்வதால் ராமலிங்கர் சொன்னபடி

ஒளவுக்கு மனோரதம் சிந்திக்கக்கூடுமேயொழிய மரணத்தைத் தவிர்க்க முடியாதென அறிகிறோம். சாதாரணமாய் மக்கள் சிவாய நமவென்று சொன்னால் போதுமென்று நினைக்கின்றனர். ஒளவை "சிவாயநம"வென்று சிந்தித்திருப்போர்க்கு என்று சொன்னதை சிந்திக்கற்பாலது. சிந்தனை உண்மைப் பொருளை கண்டுகொள்ள வழிகாட்டும். ஆயினும் அவ்வம்மையே நேர்வழி காட்டும் சற்குரு வேண்டுமென்று சொன்னதையும் நோக்குக. மரணத்தைத் தவிர்க்கலாமென்று ஒளவை பிராட்டியார் சொன்னது பொய்யாவெனின் பொய்யல்ல. மெய்யே. "சிவாயநம" வின் உட் பொருளை அறிந்து அனுபவித்தவர்களுக்கே அவ்வம்மையார் சொன்னபடி அபாயமில்லை. அது மாத்திரமா! இதை அறிந்தவன் விதியை மதியால் வெல்லலாம்: அறியாதவன் புத்தி கர்மானு சாரேயென்றபடி விதி மதியை இழுத்துச் செல்லும். ஆகவே மந்திரமாக பஞ்சாட்சரத்தை ஓதுவதில் பரஞானத்தை பெற முடியாதென்பது அறிஞர்களின் கூற்று.

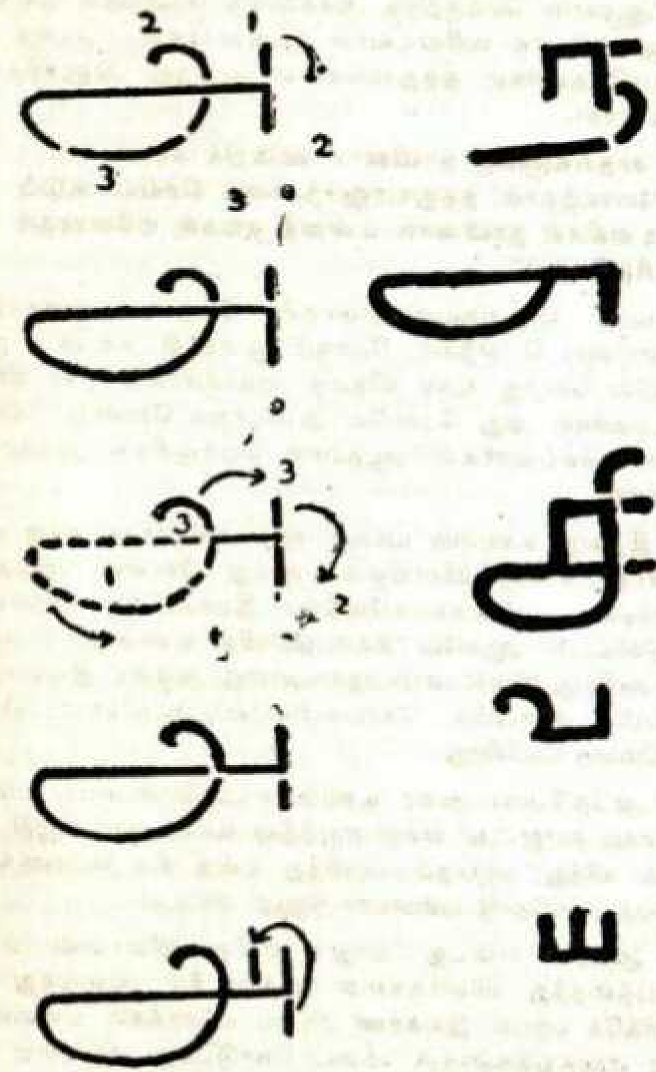
"உன்னாதே யோடாதே யூன்றி ஒரு"

மந்திரத்தைப் பண்ணாதே சாத்திரங்கள் பாராதே -; --
என்னானை

"அப்பாலு மொப்பு வமையற்ற
சுகாதீதத்தில் எப்போதும் சும்மா இரு"

என்று சுருக்கமாக தத்துவராயர் உபதேச மொழியாக சொல்லி முடித்துவிட்டார். ஓம் என்றோ ஓம் நமசியவென்றோ ஒருவன் பல்லாயிரக் கணக்கில் மனனம் செய்யினும் மரணம் நிச்சயமாய் லபிக்குமென்பதை அறியவேண்டியுள்ளது.

"சிவாயநமவென செம்பு பொன்னாயிடும்" என்ற ஓர் திருவாக்குளது. அப்படி செம்பு பொன்னாகுமெனில் எல் லோருமே கால் கை ஆட்டாது சிவாயநமவென்றோதி பொன் செய்து சுகவாசம் செய்யலாமல்லவா? ஆனால் அவ்விதம் ஒருவராவது செய்து பார்த்ததுண்டா? நிச்சயமாய் இல்லையென்று சொல்லலாம். ஆனால் அதன் மெய்ப்பொருளை அறிந்தவர் செம்பை பொன்னாக்கலாம்: இரும்பையும் பொன்னாக்கலாம்: சர்வ உலோகங்களையும் பொன்னாக்கலாம். இந்த



பஞ்சாட்சரத்தைப் பற்றி ராமலிங்கசுவாமி எழுதியுள்ளதை நோக்கற்பாலது கீழே பார்க்கவும்.

"ஆதலால் மேற்குறித்த அக்கரத்தை (சிவாயநம) மகான்கள் குழூஉக்குறியாக வரிவடிவாய் சுட்டினார்கள். அதை அக அனுபவித்தவர்கள் தத்துவங்களை அறிந்து அனுசந்தானம் செய்வார்கள்.

"சாதகிகளுக்கு நாவினால் ஊன்றிக் கரண
மோய்ந்தால், தத்துவானுசந்தானம் செய்யக்கூடும்,
உலகிகள் நாவினால் உன்னத் தங்கள் மனோரதம்
சித்திக்கும்"

வரக வித்தையுடையவர்கள் மேற்படி அக்கரத்தின் உண்மையை பௌதீகம், யோகம், ஔஷதி, லவணம் முதலியவற்றில் சேர்த்து வகர வித்தை முடிப்பார்கள். தகர வித்தையுடையவர்கள் அது போலவே அமைத்துக் கொண்டு தேகத்தை நீடிக்கச் செய்வார்கள். ஆதலால் மேற்குறித்த அக்கரங்கள் பரிபாஷை.

இதனது உண்மை யாவும் சுத்த சன்மார்க்க சகஜ சாத்ய, ஞானானுபவிக்கு விளங்கும்" என்று சொல்லி அந்த பரிபாஷையை விளக்காமலேயே இராமலிங்க வள்ளலார் விட்டுவிட்டார். ஆகவே "சிவாயநம"வின் உண்மைப் பொருளை நாம் அறிவது இன்றியமையாததாயுள்ளது. அதன்றி இவ்வகரத்தை திருப்பித் திருப்பிச் சொல்வதினால் ஆவிதான் வீணாகிவிடுமெனத் தெரிகிறது.

அதேபோல் அகர உகரம், எட்டிரெண்டைப் பற்றியும் விளக்கம் தராது "அ" என்ற எழுத்தின் வரிவடிவை எழுதி அதில் நாதம், விந்து, பரநாதம், பரவிந்து என்ற சில லட்சணங்களை அமைத்து அதோடு வள்ளலார் நிறுத்தி விட்டார்.

'அகரம் என்பது யாது? என்ற வினாவை எழுப்பி நாற்பத்தைந்து வினாக்களை அதன் கீழ் அமைத்து அகர உயிர்க்கே பற்பல இலக்கண நியாய வினாக்கள் உள்ளவாயின் மற்ற எழுத்துக்களுக்கு விடை கொடுப்பது எங்ஙனம் என்று

சொல்லி அந்த ஓரெழுத்திற்கும் விடை கொடுக்காது விடுத்தார். உதாரணமாக அவற்றுள் ஐந்து வினாக்களை மாத்திரம் இங்கு குறிப்பிடுவோம்.

(அகரத்தின்)

1. வரி வரலாற்றின் இலக்கணம் என்ன?
2. ஒலி வரலாற்றின் இலக்கணம் என்ன?
3. தன்மை வரலாற்றின் இலக்கணம் என்ன?
4. உணர்ச்சி வரலாற்றின் இலக்கணம் என்ன?
5. உண்மை அனுபவ இலக்கணம் என்ன ?

- என்பதாம்.

இக்கேள்விகளுக்குப் பொருள் சன்மார்க்கர்களுக்கே விளங்கும் என்று சொல்லி நிறுத்திக் கொண்டார்.

அதன்றி சுத்த சித்த மார்க்கத்தை அனுசரிக்காதவர்கள் அகர உகரத்தின் பயனை அடையமாட்டார்களென்றும் அப்படிப்பட்டவர்கள் இறந்து போவரென்றும் உடலழியாது உத்தம சித்தியை அவர்கள் பெற முடியாதென்றும் சொல்கிறார்,

"சமய மத சன்மார்க்கிகளில் தாயுமான சுவாமிகளும் இன்னும் அனேகப் பெரியோர்களும் சுத்தப் பரபிரம்மத்தினிடத்தில் இரண்டறக் கலந்து விட்டதாக முறையிடுவது வாஸ்தவமா, அவாஸ்தமா," என்ற கேள்வியை வள்ளலார் அமைத்துக் கொண்டு அதற்கு கீழ்க்கண்டபடி பதில் சொல்கிறார்.

"அது அவாஸ்தவம்" சுத்த சன்மார்க்கம் ஒன்றுக்கே சாத்தியம் கைக்கூடும். சாகாத நிலையைப் பெற்றுச் சித்தி வல்லபமும் பெறக் கூடும்.... தாயுமானவர் முதலானவர்கள் சுத்த சன்மார்க்கிகள் அல்லர்: மத சன்மார்க்கிகள் என்று ஒருவாறு சொல்லலாம். அதில் நித்திய தேகம் கிடையாது என்கிறார் வள்ளலார்.

"சிவாயநம" என்ற அக்கரங்களுக்கு பொருள் எல்லோருக்கும் விளங்காது என்று சொன்னது போல் சாகாக்கால், வேகாக்

அகரத்தில் அகரம், உகரம், மகரம், வகரம், வுகரம்

அ

அ உ

அ ம

அ வ

அ வு

தலை, போகாப்புனல் என்பதற்கும் பொருள் அறிந்து கொள்ள முடியாத விளக்கத்தை வள்ளலார் சொல்லி நிறுத்திக் கொண்டார்.

கீழே பாருங்கள் :-

1. **சாகாக்கால் என்பது** : ருத்திரபாதம், ருத்திரதத்துவம், வித்தியாகலை, வஸ்து, அருளானந்தம், காரணாக்னி, சிவாக்னி.
2. **வேகாத்தலை** : மகேஸ்வர பாகம், மகேஸ்வர தத்துவம், சாந்தி கலை, ஆன்மா, அன்பு, காரணவாயு
3. **போகாப்புனல் என்பது** : சதாசிவ பாகம், சதா சிவத்தத்துவம், பிரதிஷ்டா கலை, ஜீவன், இரக்கம், காரணோதகம்.

இந்த மூன்றுவித பரிபாஷைகளை, பரிபாஷையினாலேயே இராமலிங்கர் விளக்கம் தந்துள்ளாரென்பதை நோக்கற்பாலது.

இம்மூன்றும் அகர, உகர, மகரத்திற்கு மற்றொரு பெயராம். ஞானிகள் ஒவ்வொருவரும் அவரவர்கள் பாணியில் ஒரு பொருளுக்கே பல பெயர்களைச் சூட்டினர். இராமலிங்கர் "அருட்பெருஞ்ஜோதியே" எல்லாம் என்றார்.

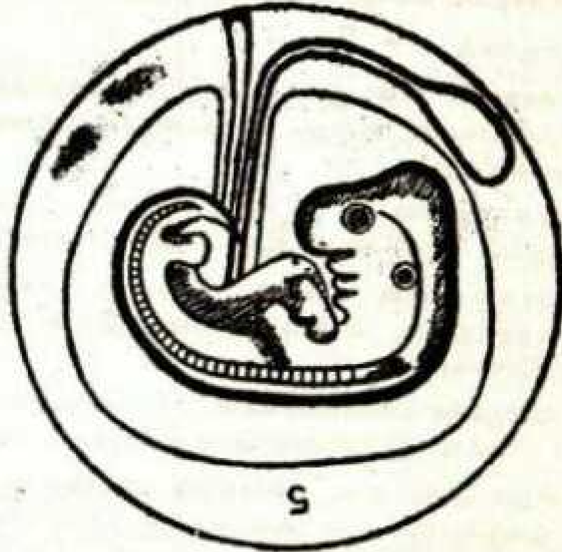
"அருட் பெருஞ்ஜோதி" "தனிப்பெருங் கருணை" என்னும் சொற்களை மந்திரமாக கருதி இராமலிங்கரைப் பின்பற்றுவோர் மனனம் செய்வர். அருட்பெருஞ்சோதியே நம் கடவுளென்பர்.

ஓங்காரத்தைப் பற்றி கீழ்க்கண்டபடி மச்சமுனி சொல்கிறார்.

**"ஓங்காரம் ஆவதென்ன வென்று கேட்கில்
உகாரமொன்று, மகாரமொன்று, அகாரமொன்று
பாங்காக நின்ற பிரணவ மேயாச்சு
பாரிந்த கருவல்லோ ஆசான் சொன்னார்
பாங்காக அகார உகாரத்திற் சேர்த்து
வன்னி நின்றயிடமல்லோ மகாரமாச்சு
தாங்காதே யுரைக்கிற் கேசரியைக் காட்டும்
சச்சிதானந்த மென்ற மவுனந்தானே"**

என்பதை நோக்குக

சிசுவின் ஓங்கார ரூபம்



காதின் ஓங்கார ரூபம்



அகர, உகர, மகரமே ஓங்காரம். ஓங்காரமே சத், சித், ஆனந்தம். இப்பொருளை ஆசானல்லவோ உணர்த்தினாரென்கிறார் மச்சமுனி. 'சத்' என்பது உடல், 'சித்' என்பது உயிர். இவையிரண்டும் இணைந்து பிரியாத நிலையே ஆனந்தம். இதையே ஞானிகள் உயிரெழுத்து, மெய்யெழுத்தென்கின்றனர். மெய்யெழுத்து ஜடமாகிய உடல்: உயிரெழுத்து மெய்யெழுத்தில் அணைந்தும் ஒலியுண்டாகிறது. அதுவே நாத விந்தாம்.

இனி, மோட்சமென்பது யாது என்பதை சில கருதிகளின் ஆதாரங்கொண்டு சுருக்கமாகச் சொல்வோம். இந்நூலில் பின் காணும் திருவாளர். கந்தையாபிள்ளையவர்களின் கட்டுரையும் (உண்மை முக்தி நிலை) ஆசிரியர் எழுதிய சாகாக்கலையென்ற நூலும் இதைப் பற்றி விரிவாய் சொல்வதால் வாசகர்கள் அவைகளையும் ஊன்றி பார்க்கத் தக்கது.

உடலழியாது உத்தம சித்தி பெருவதே மோட்சமென்னும் உண்மை முக்திநிலையாம். உதாரணமாக உடல் பிணமாக கீழே விழின் புனர்ஜன்மம் உண்டாம். முக்தி நிலை அடைய முடியாதாம்.

இதையே திருமூலர், திருமந்திரம், திருவாசகம் முதலிய சைவ நூல்களும், அவைகளைப் பின்பற்றிய இராமலிங்கரும் சொல்வதை நாம் காண்கிறோம். தானடைந்த முக்திநிலையைப் பற்றி இராமலிங்கர் கீழ்க்கண்டபடி சொல்கிறார்.

"தந்தையைக் கண்டேன் சாகாவரம் பெற்றேன்
சிந்தை களித்தே னென்றுந்தீ பெற
சித்தெல்லாம் வல்லேனென்றுந்தீபற
முக்தியைப் பெற்றேன் முக்தியினால் ஞான
சித்தியையுற்றே னென்றுந்தீபற
சித்தனுமானே னென்றுந் தீபற"

என்னும் சத்திய வாக்கு நமக்கு உண்மை முக்திநிலையை உணர்த்துகிறது. இராமலிங்கர் பொய் புகன்று மக்களை ஏய்க்க வேண்டிய நிமித்தம் பாடினாரில்லை.

சாகாநிலையே உண்மை முக்திநிலையென்பதை உபநிஷத் வாக்கியங்களும் வலியுறுத்துகின்றன.

"ஓம் அசதோ காயத்கமய
தமஸோமாஜ் யோதிர்கமய
ம்ருத்யோர் மா அம்ருதம்கமய"

(ப்ரு 1-3-28)

பொருள் : அஸத்தினின்று என்னை ஸத்துக்கு அழைத்துச் செல்

இருளினின்று என்னை ஜோதிக்கு அழைத்துச் செல்

சாவினின்று என்னை சாகாமைக்கு அழைத்துச் செல் என்பதாம்.

இந்த அரும்பெரும் பேற்றை எய்துதற்குரிய மனிதப் பிறவியை அடைந்தும் அதைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளாமல் வீணாக்குபவன் கிரபணன். **அவன் கருமமாகிற பணத்தினால் விலைக்கு வாங்கப்படுபவன்** என்ற பிருஹ்தாரிணிய கோபநிஷத் சொல்கிறது.

ஓங்காரப் பொருளையறிந்தவனுக்கு மரணமில்லையெனவும் அவனே பிரம்மமெனவும் வேத வாக்கென்பதை மேலே பார்த்தோம்.

இதன் பொருளை விளக்கும் ஆசானில்லாமல் கடைத்தேற முடியாதென்பதும் அறிகிறோம். அவ்வித ஆசான் கேவலம் வாசா ஞானத்தோடன்றி அனுபூதிஞானமுடையவனாகவுமிருத்தல் வேண்டும்.

ஆனால் அவ்வித சற்குருவுக்கும் கட்டுப்பாடுள்ளது. இந்த பூமியையே சன்மானமாக கொடுத்தபோதிலும் யாவருக்கும் இவ்வோங்காரத்தின் உட்பொருளை உபதேசிக்கக் கூடாதாம். ஏனெனில் இது அதனினும் பெரிது என்று கீழ்க்கண்டவாறு சாந்தோக்யோப நிஷத்து சொல்வதைக் காண்க.

"நான்யஸ்மை கஸ்னமசனத்யப்யஸ்மா இம மத்பி :
பரிக் குருஹீரதம் கனஸ்ய பூரினாம்தத்யா -தேக

தேவ ததேபூய இத்யேத தேவததோபூய இதி :

(சாந் 12-1)

என்பதாம்

ஆசானும், மாணாக்கனும் ஒன்றுபட்ட நிலையில் உபதேசிக்கக்கூடிய பொருளென்று சொல்லப்படுகிறது.

பரஞானத்தையும் சற்குரு மூலமாய் ஓம் என்ற மூலப் பொருளின் அந்தரார்த்தத்தை அறிய வேண்டுமாம். அப்படிப் பட்ட ஆசானே நேர்வழி காட்டக்கூடியவன், தான் ஆசானென வேடங்கள் பூண்டு ஜாலவித்தைகளைக் காட்டி, மக்களை ஏமாற்றி, மண், பெண், பொன்னாசையைப் பூர்த்தி செய்துகொள்ளும் ஆஷாடபூதிகளை விவேகத்தால் அறிந்துகொண்டு அவர்களை அண்டுதல் கூடாதாம்.

"நெறிபட்ட சற்குரு நேர்வழி காட்டில் பிரிவற்றிருக்குஞ் சிவம்"

(முற்றிற்று)

உண்மை முக்தி நிலை

(யாழ்ப்பாணம், ச. கந்தய்யாபிள்ளை)

"நன் கடம்பனைப் பெற்றவள் பங்கினன்
தென் கடம்பைத் திருக்கரக் கோயிலான்
தன் கடன் அடியேனையுந் தாங்குதல்
என் கடன் பணிசெய்து கிடப்பதே"

அம்மையப்பராகிய எம்பெருமான் திருவடிக் கமலங்களை மன மொழி மெய்களால் வணங்கி, என் பெரு மக்களாகியசமய குரவர் முதலிய தத்துவப் பெரியார் அனுக்கிரகத்தாலும் சிற்றறிவினனாகிய அடியேன் உண்மை முக்தி நிலை என்னும் இச்சிறிய கட்டுரையை ஒருவாறு எழுதி வெளியிடத் துணிந்தனன். இதனைக் குறைகூறுவார் உளராயின், அக்குறை அடியேனுக்கு உரிமையாகாது; இக் குரவர்களுக்கே உரிமை யாகும். ஆதலால், இப்பொழுதை வித்துவப் பெரியாரும் அடியேனை மன்னித்து அனுக்கிரகம் புரிவார் என்பது திண்ணம்.

சின்னாள் முன்னர், ஆப்த நண்பர் ஒருவர் குமாரதேவர் அருளிச் செய்த "சுத்தசாதக"ப் பிரதி ஒன்றை அனுப்பி வைத்தார். இதனைப் பன்முறை படித்து ஆராய்ந்தபோது இந்நூல் சமய சாத்திரங்களாக விளங்கும் மற்றைய நூல்களில் ஒரு சிறிதும் காணப்படாத வேத ரகசியங்கள் மலிந்த உண்மைச் சைவ நூலாதல் தெற்றெனப் புலப்பட்டது. இதனால் கழி பேருவகையும் இறும்பூதும் அடைந்த அடியேன் "தூலத்தோடு மறைதலே உண்மை முக்தி" எனக் கூறும் இந்நூலைப் படிப்பவர்கள் மணி வாசகர், அறுபத்துமூவர் முதலிய சைவப் பெரியார் அடைந்த முக்தி நிலையை நன்குணர்ந்து கொள்வார்கள் என்பது முதலாக ஒரு சில கூறிச் சில பத்திரிக்கைகளில் வெளியிட்டனன். அதனைக் கண்ணுற்ற சிலர், தூலத்தோடு மறைதல் அசம்பாவிதம் அசாத்தியமாகும் எனவும், தூலம் பழுதடைய அதனைப் பிணமாக விடுத்துச் சூக்குமத்தோடு உயிர் பிரிந்து அடையும் முக்தியே வேதாகமான சாத்திர சம்மதமான முக்தி எனவும், ஆதலால் சுத்த சாதகம் என்னும் நவீன நூல் ஒன்று மாத்திரம்

கூறுவது அங்கீகரமாகாது எனவும், ஆலயங்களில் சடுதியில் இறந்தோர் எல்லாம் மணிவாசகர், நந்தனார் முதலியோர் போல முத்தியடைந்தவராவர் எனவும் அவ்வாறு இறந்தவர்களுக்கும் ஆலயங்களில் பிரதிஷ்டையும் வழிபாடும் விழாவும் நடை பெறுகின்றன எனவும் வேறு சிலர், உடம்பு பொய்யாதலின் அது பிணமாக அழிந்து போக, உயிர் சூக்குமத்தோடு பிரிந்து அடையும் முக்தியே பரமுத்தியாகிய உண்மை முத்தி எனவும், பிறந்தன எல்லாம் இறந்தேவிடும் எனவும் தூலத்தோடு மறைதல் ஒருவகைச் சித்தியும் பதமுத்தியும், கற்பித நிலையுமாம் எனவும், இவற்றைச் "சூக்கும புத்தியால்" அறிய வேண்டும் எனவும், பிறசிலவும் கூறிச் சில பத்திரிக்கைகளில் வெளியிட்டனர்.

உலகத்திலே கல்வி செல்வம், அதிகாரம் என்பன காரணமாக உன்னத நிலையில் வாழ்ந்த புண்ணிய முடையோரையும் ஏற்ற வகையால் கௌரவப்படுத்திப் போற்ற வேண்டியது நமது முக்கியக் கடனே. ஆயினும் இவர் பொருட்டாக மணிவாசகர் அறுபான்மும்மை நாயன்மார் முதலிய தத்துவப் பெரியார் அடைந்த முக்தியை மறுக்கத் துணிதல் இயற்கை விரோதமும் பாதகமுமே ஆகும். சமயாசாரியர் முதலிய சீவன் முக்தர்கள் உலகினர் போல் வாழ்ந்து பல அருட்புதுமை களால் சைவத்தை நாட்டிப் பலருங்கண்டு போற்றும்படி தூலதோடு மறைந்து மீண்டு வராத உண்மை முக்தியை அடைந் தார்கள் என்பது ஒருவரும் மறுக்க முடியாத உண்மையாகும்.

உண்மை முக்தியை விளக்கிச் சைவத்தை நாட்ட வந்து நூல்களுக்குள்ளே சுத்த சாதகம் ஒன்றே தத்துவப் பெரியார் அடைந்த உண்மை முக்தியை வெளிப்படையாக கூறிற்று. மற்றைய சாத்திரங்கள் உண்மை முத்தியின் இயல்பை விளக்கிக் கூறாமையால், அவற்றையே முடிவான நூல்கள் என நம்பிய உலகினர் தத்துவப் பெரியாராகிய சீவன் முக்தர் இயல்பையும், அவர் அடைந்த உண்மை முக்தியின் இயல்பையும் அறியாது மயங்குவரானர். சுத்த சாதகத்தை ஒருவரும் மறுக்க மாட்டார் என்பதும், மறுப்பார் உளராயின், அவர் உண்மைச் சைவராகார் என்பதும் நிச்சயமாகும்.

இந்நூல் அரசராயிருந்து பூர்வ புண்ணிய மிகுதியால் உண்மைத் துறவு பூண்டு, விருத்தாசலம் என்னும் திருக்கோயிலில் எழுந்தருளியிருக்கும் உலக மாதாவாகிய பெரியநாயகியம்மையார் திருவருட் பிரசாதம் பெற்ற குமார தேவ வள்ளலார் அருளிச் செய்த பதினாறு சாத்திரங்களுக்குள்ளே மிகச் சிறந்ததாகும். சீவர்கள் அடைய வேண்டிய சுத்த நிலையாகிய உண்மை முத்தி நிலையையும், அதற்குரிய பொதுவான சாதகயோகங்களையும் நன்கு விளக்கி கூறுதலால் இந்நூல் சுத்தசாதகம் என்னும் பெயர்த் தாயிற்று.

இவற்றைக் கூறு முகத்தால் பிரபஞ்சம் விரிந்த வகையையும், பதிபசு பாச இலக்கணங்களையும், சீவர், சீவன் முத்தர் பரமுத்தர் இலக்கணங்களையும் அவரவர்க்குரிய தநுகரணபுவன போகங்களையும், இந்நூல் நன்கு விளக்கிக் கூறுகின்றது. உருவத்தால் சிறிதாயினும் பொருளால் அளவிடப்படாத உலவாக்கிழியாக இந்நூல் விளங்குவதை. இதனை ஆராயும் அறிஞர் நன்குணர்ந்து கொள்ளுவார்கள் என்பதில் ஐயமில்லை. பிராரத்த அனுபவம் மருளுடம் பினராகிய சீவர்களுக்கே உரியது என்பதனை உணராது அவ்வனுபவத்தால் இறந் தோருள்ளே கல்வி செல்வம் அதிகாரம் ஆடம்பர வேடம் என்பது காரணமாக உன்னத நிலையில் வாழ்ந்தோர் யாவரையும் பிராரத்த அனுபவம் ஒழிந்து உடம்பு மாறப் பெற்ற தத்துவப் பெரியாராகிய சீவன் முக்தர் போல முத்தியடைந்தவராக மதித்துதாமும் அவ்வாறு இறந்தோர் நிலையையே அவாவி அவரை வழி பட்டு பிறவி வலைப்பட்டு உழலும் தன் பிள்ளைகள் மாட்டு இறங்கி, அவரை உய்வித்தர் பொருட்டே உலக மாதாவாகிய பெரிய நாயகியம்மை இந்நூலைக் குமாரதேவர் வாக்கில் நின்று சில காலத்துக்கு முன் அருளினாள் என்று அறிக. இவ் உண்மை இந்நூல் வரலாற்றுச் செய்யுட்களால் அறியப்படும்.

இந்நூலையே முக்கிய ஆதாரமாகவும் திருவாசகம் முதலிய தத்துவப் பெரியார் திருவாக்குகளையும் பிற சிலவற்றையும் இடையிடையே பிரமாணமாகவும் கொண்டு இக்கட்டுரை எழுதப்பட்டுள்ளது.

தத்துவப் பெரியாரெல்லாம் தாம் அருளிய பாடல்களில் நரை, திரை, மூப்பு, பிணிகள் ஒழிந்து எம்பெருமான் திருவடியை அடைய வேண்டும் எனவும், அவை ஒழிந்து அடையப் பெற்றோம் எனவும் பல இடங்களில் கூறியுள்ளனர்.

(திருவாசகம் - கண்ட பத்து 6: அப்பர் தேவார திருத்சேறை திருக்குறுந் தொகை 3: திரு மந்திரம் - ரீர சித்தியுபாயம் 4,5 கேசரி - யோகம் 3,5,7)

"நரை வருமென்றெண்ணி நல்லறிவாளர் குழவிடத்தே துறந்தார்" (நாலடியார்) எனப் பிறரும் நரை திரை முதலியன ஒழிய வேண்டும் என்றனர். பிராரத்த ஒழிவின் கண் தூலம் நரை திரை மூப்புப் பிணியால் பழுதடைந்து பூமியில் பிணமாய் விடப்பட்ட, உயிர் பிரிந்து முக்தியடைவது உண்மையானால், இப்பெரியாரெல்லாம் நரை திரை மூப்பைப் பொருட்பண்ணி அவை நீங்கி எம்பெருமான் திருவடியை அடைய வேண்டும் என்று முறையிட வேண்டியதில்லையே! தூலம் நரை திரை மூப்புப்பிணியால் பழுதடைந்து பிணமாகாமல் சுத்த சாதகம் கூறியபடி அத்தூலத்தோடு முக்தியடைதல் உண்மை முக்தியாகும். ஆதலாற்றான் இப்பெரியாரெல்லாம் இப்படிக் கூறினர் என்பது நிச்சயமாகும். "பிறந்தன இறக்கும்" "இறந்தன பிறக்கும்" என உலகியல் நோக்கிக் கூறிய அவரே "மாற்றிப் பிறக்க வகையறிந்தாரில்லை என உண்மை நிலையையும் கூறினார் அன்றோ! "இறந்தன பிறக்கும்" என்றமையால், தூலத்தை பிணமாக விடுத்துச் சென்றவர் திரும்பப் பிறப்பார் என்பதும், அது முத்தி நிலையென்று என்பதும் நன்கு புலப்படவில்லையா (திருமந்திரம் சரீர சித்தியுபாயம் 1,2) இறந்து பிறந்து உழலும் ஆன்மாக்கள் ஒரு காலத்தில் முத்தியடையவும் வேண்டுமன்றோ! இறப்புக்கும் முத்திக்கும் பேதமில்லையா? இருவகை நிலைக்கும் தூலத்தைப் பிணமாக விடுத்துச் செல்வதே இலக்கணமாகுமா? இவ்வாறாக உடம்பை விட்டு உயிர் பிரிந்து முத்தியடையும் என்ற உணர்ச்சியே, உலகத்தவர் பலர் முத்தியின் இயல்பை அறியாது அதனை அலட்சியமாகக் கருதுவதற்குக் காரணமாயிற்று.

கல்வி, செல்வம், அதிகாரம் என்பன காரணமாக உன்னத நிலையில் வாழ்ந்தோரையும் அவர் இறந்த பின் "அடைந்தார்

ஐக்கியமானார், அதுவானார், சிவமானார்" என்னும் உபசார வார்த்தைகளால் உலக சம்பிரதாயம் நோக்கிக் கூறுதலும் ஒருகால் அவசியமே யாதலால், அவ்வாறு சிலபல கூறி அவரை கௌரவப்படுத்துவதே அல்லாமல் உண்மையை மறுத்துரைத்தற்கு அறிஞர் உடன் படார் என்பது திண்ணம். வித்துவப் பெரியார் களாகிய "வேதாந்த" குரவர்களும், சித்தாந்த சந்தானக் குரவர்களும் புண்ணிய சீலர்களே என்பதில் ஐயமில்லை அவர்கள் ஏறக்குறைய எல்லாப்படிகளையும் தாண்டி இருப் பார்கள். பெருஞ்சாதுக்களாகிய அவர்கள் தூலம்பைக் கரைந்து அள்ளுருக்கையாக்கி சூக்குமமாக வேண்டிய ஒருபடிதான் மிச்சமாய் இருக்கிறது. இது பற்றிய சமயக் குரவர் முதலிய தத்துவப் பெரியார் அடைந்த முத்தியைச் சந்தான குரவர், முதலிய வித்துவப் பெரியார் அடையவில்லையென்று அறிஞர்கள் யாவரும் ஒரேமுகமாக கூறுகின்றனர். அபிமானம் காரணமாக ஒருசிலர் இதை மறுத்துரைப்பது அங்கீகாரமாகாது. எத்துணைப் பெரிய மாயா சித்திகள் படைத்தவராயினும், "புற்றுமாய் மரமாய் புனல்காலே உண்டியாய்" (செத்திலாப் பத்து - 2) "துற்றவை துறந்த வெற்றுயிராக்கை" யராய்=வற்றிப் பாம்புகள் போலவும் வௌவால்கள் போலவும் ஆயிர வருடக்கணக்காகக் கிடப்போரும் தூங்குவோருமாயினும் எம்பெருமானருளால் அருந்தல் பொருந்தல் அனந்தல்கள் அமையப் பெற்றுச் சகச நிட்டாபரராய் உலகர் போல் வாழ்ந்து தமது தூலம் அள்ளுராக்க கையாய்ச் சூக்குமமாய் கரையப் பெற்றால் ஒழிய, அவர் முக்தியடைவது முற்றும் அசாத்தியமே யாகும். உடம்பை வாட்டித் தவம் புரிவார் உண்மை காணமாட்டார் என்பதனை திருவாசகம் திருவண்டப் பகுதி அகவலிலும் அஞ்சு மடக்கடக் கென்பர் அறிவிலார்" (இந்திரிய மடக்கு முறைமை 3) எனவும், "எளிய வாது செய்வார் எங்களீசனை" (சூக்கும பஞ்சாக்கரம் 1) எனவும் வரும் திருமந்திரச் செய்யுள்களிலும் நோக்கி அறிக.

புலால் துருத்தியாகிய இந்நூல், உடல், பூந்துருத்தியாய் அமலம் பெறுதல் எவ்வாறமையுமெனில், வண்ணான் அழுக்கேறிய உடைகளை அமலமாக்கற் பொருட்டு முன் னிலையில் விளங்கும் காரமுள்ள அழுக்குகளை நிறைய கண்டு

பஞ்சீகர்ணித்து, அழுக்கையகற்றும் உபாயம் போல் குரு அருளால் சரீர பௌதிக நிறையறிந்து முன்னிலைப் பொருள் களில் இனங்கண்டு எடுத்துப் பஞ்சீகரணித்து நிறை கொண்டு அருந்தினால், அருந்தியது பொருந்தும்: பொருந்தினால் அழியுந் தன்மையுடைய இப்புலால் துருத்தியில், சாதலைத்தரும் நிறையாகிய மாயையெனும் பாசம் அணு அணுவாக மீறி, அனந்தல் அடையும். அதனால் இத்தூல உடல் மாறுதலடைந்து பூந்துருத்தியாக அமையும் என அறிக. இவ்வுண்மையையே அப்பர் சுவாமிகளும் (பலவகை திருத்தாண்டகம் 1,5; திருமாற் பேறு, திருக்குறுந் தொகை 3) திருமூலரும் (8வது தந்திரம் பதிபசுபாச வேறின்மை 18) தனது பாடல்கள் சிலவற்றில் குறிப்பாய் கூறியருளினர்.

"மாறுபாடில்லாத உண்டி மறுத்துண்ணின்
ஊறுபாடில்லை உயிர்க்கு."

எனத் திருவள்ளுவர் கூறியதும் அறிக (குறள் மருந்து 5) சவிகற்ப நிர்விகற்ப நிட்டையுடையோரையும், வித்துவப் பெரியாரையும், வேடதாரிகளையுமே உலகத்தவர் பெரிய தவசிகள், யதிகள், முனீந்திரர்கள், சுவாமிகள் என்று மருளு கின்றனர்.

சகச நிட்டையுடைய அறுபத்து மூவர் போன்ற சீவன் முத்தர்களை உலக மக்கள் அறிவது முற்றாக அசாத்தியமே யாகும். "சகச நிட்டைக்கும் என் சிந்தைக்கும் வெகுதூரம்" என்று தாயுமானவரே இந்நிட்டை கைவரப்பெறாது இரங்கினாரென்றால் உலக மாக்கள் இந்நிட்டையாளரை அறியமுடியாமை வியப்பன்றே. சகச நிட்டையுடையோர் தம் முயற்சியால் நிட்டை கூடுவதில்லை. அவர் பார்த்தால் உலகத்தவர் போலிருந்து எந்நேரத்தும் எத்தொழிலைச் செய்யினும் நிட்டையிலி ருப்பவரேயாவர். இவரையே "அருளமுதம்" உண்பவர் எனவும் இவர் உடல் அருளாகக் கரையும் எனவும் சுத்த சாதக 63ம் செய்யுள் கூறுகிறது. நிட்டையின் இலக்கணத்தை சுத்தசாதகம் 53ம் செய்யுள் தொடங்கி 63ம் செய்யுள் முடிய நோக்கியறிக. சகச நிட்டை யாளராய் உண்மைச் சைவநிலை வாய்க்கப் பெற்றவர் எச்

சாதியிலும் இருக்கலாம், வைஷ்ணவருள்ளும் சிவன் முக்தி நிலை கைவரப் பெற்றுத் தூலத்தோடு முத்தியடைந்தோர் பலர் உளர். "எச்சமயத்தும் இயற்கையை விட்டிடலாகா" எனச் சுத்த சாதகமும் 83ம் செய்யுளில் கூறியதும் அறிக. தமது தூலத்தை சிவ சம்பந்தமாய் (அமலமாய்) மாற்றினவரே உண்மைச் சைவராவர்.

"கொல்லான் புலாலை மறுத்தானைக்கை கூப்பி எல்லா உயிரும் தொழும்" என்னும் திருவள்ளுவர் வாக்கும் இப் பொருட்டேயாகும் என்பது பலர்க்கும் வியப்பைத் தருவ தாயினும், இதனை உற்று நோக்குவார்க்கு இதன் உண்மைப் பொருள் தெற்றன புலப்படாததாகாது.

மிருகம், பறவை முதலியவற்றைக் கொன்று அவற்றின் ஊனை உண்ணாமை ஒன்று மாத்திரமுடைய உலகச் சைவனை யார் யார் தொழுகின்றனர். எல்லா உயிரும் தொழுகின்றவனா? பிற உயிர்களால் இவனுக்கு தீங்கு விளைதல் இல்லையா? உலகத் தவரை வெறுட்டி மாமிசம் சாப்பிடாமல் பண்ணுவதற்காக இப்பெரியார் இப்படிக் கூறினாரா? இதனை அறிஞர் சிந்திப்பாராக. தமது தூலம் பிணி மூப்புகளால் பழுது அடைந்து பிணமாகாதவாறு சாதக யோகங்களால் அதனை மறுத்த (மாற்றிய) அப்பர் பெருமானைக் கொல்லுவதற்கு வந்த யானையாகிய விலங்கும் வலஞ்செய்து வணங்கிப் போந்தமையும் அவர் திருமேனி நீற்றறை அனலாலும் நீராலும் கொல்லப் படாமையும் மற்றய மெய்யடியாரும் சராசரிப் பொருள்களால் யாதும் இடையூரடைந்து மாண்டு போகாமையும் அறிக.

சீவன் முத்தர் சாதக யோகங்களையும் விளக்கிக் கூறாமை குற்றமாகாது. தத்துவப் பெரியாராகிய உண்மைச் சைவரையே திருவள்ளுவர் "எல்லா உயிரும் தொழும்" என்றார் என அறிக. பிற உயிர்களின் உடலை ஒருவன் கொன்று அருந்தாமை போலவே, தன் உடலையும் கொல்லாது. அதனைச் சாதக யோகங்களால் மாற்றி நித்தியத்துவம் அடைதல் வேண்டும் என்னும் உண்மை நிலையும் இவ் வதிகாரத்தாற் கூறிப் போந்தார் நம் திருவள்ளுவர் என அறிக இக்காலத்தில் இத்தகைய சீவன் முத்தரும் இல்லை; உண்மைச் சைவமும் இல்லை. மேல்

இத்தகைய உண்மை நிலையடைவதற்கு முற்கூறிய வித்துவப் பெரியோரே அருகராக வேண்டியது முறையாகும். தூலம் அமலம் அடைவதற்கு உணவு முக்கியமாதலால், இடம் பொருள் ஏவல் வாய்ந்து உன்னத நிலையில் வாழ்ந்த சந்தானக் குறவர் முதலியோர் சத்துவ குணம் பொருந்திய முன்னிலை ஆகாரங் களைத தருவித்து இஷ்டம்போல் அருந்தியிருப்பார் என்பது பலரும் அறிந்த உண்மை.

உணவு நியமத்தைக் குறித்துச் சங்க சாதகத்தில், 43ம் செய்யுள் தொடங்கி 89ம் செய்யுள் வரையும் நோக்கி அறிக. அக் குறவர்கள் தூலமாகிய சத்தும் பல ஜென்மங்களாக அமலம் பெற்று வந்திருக்கலாம். ஆதலால் மேல்வரும் ஜென்மத்தில் சற்குருநாதன் அருளால் அவர்களுக்கு முக்தி உளதாம் என்பது நிச்சயமாகலாப் பத முத்தி பெற்றார் எனவும் பலர் கூறப்படுகிறார் எத்தகைய பதங்களை அடைந்தவராயினும் அவர் பின்னும் பிறந்தே. தூலம் பூரண அமலம் அடையப் பெற்றுச் சீவன் முத்தராய் அத் தூலத்தோடு மறைந்து முத்தியடைய வேண்டிய வராகக் கொள்ளப்படலாம்.

ஆதலால் இக்குரவர்களையும், சேக்கிழார், பரஞ்ஜோதி முனிவர், கடவுண்மா முனிவர், ஆறுமுக நாவலர், குமார சாமிப் புலவர் முதலிய பெரியோரையும் தமிழுலகம் பாராட்டிப் போற்ற வேண்டியது முறையாகும். இவரெல்லாம் அடியேனினும் பார்க்க எத்தனையோ மடங்கு கூடிய மதிப்பொலிவும் அருமை பெருமையும் உடையவராதலால் இவர் யாவருக்கும் அடியேன் உரிமையான வணக்கமும் வாழ்த்தும் என்றும் உரிமை ஆகற்பாலனவே தான்.

உலகத்திலே வேதம், ஆகமம், புராணம் முதலாகப் பெரும் சிறப்பு வாய்ந்த பல நூல்கள் விளங்குகின்றன. அவையெல்லாம் சில சரியை கிரியைகள், சிற்சில மாயா சக்திகள், உபாசனா யோகங்கள், வருணாச்சிரம தருமங்கள் முதலாகப் பல விஷயங்களை மிக விரிவாகவும் தெளிவாகவும் கூறுகின்றன. உண்மை முக்தியை உணர்த்தும் தத்துவ மசிவாக்கியப் பொருளைக் (தத்-அது-துவம்-நீ-அசி-ஆனாய்) என்று

இப்படியாகச் சில கூறி) குரு முகமாகவே அறிய வேண்டும் எனக் கூறும்.

சீவர்கள் இந்நூல்களைப் பல ஜென்மங்களில் ஆராய்ந்து இவற்றில் நம்பிக்கை வைத்துப் பின்னும் பல ஜென்மங்களில் இவற்றிற் சொல்லியவாறு வழுவின்றி ஒழுகித் தல யாத்திரை, தீர்த்த ஸ்நானம், மூர்த்தி வழிபாடு முதலியவற்றால் புண்ணியம் மிகப் பெற்றுப் பின்னும் மானுட ஜென்மத்தை அடைந்து முத்தியடையவேண்டும் என்னும் பேரவாக் கொண்டு அம் முத்தியின் இயல்பை இன்னதென்று அறியாது உழன்று பெருங் கவலையில் ஆழ்ந்து கிடப்பர்கள். இக் காலத்தில் தான் கைலை முதற் குரவனும் சைவ பரிபாலனுமாகிய எம்பெருமான் அத்தகைய பக்குவ சிவனுடைய கர்மங்களையும், அவாவையும் நிறை தூக்கிப் பார்த்து அச் சீவன் மீது கருணை கொண்டு முன்னிலையில் குரு வடிவாய்ப் போந்து அங்கலிங்க ஐக்கிய மெனப்படும் தத்துவமசி வாக்கிய உண்மைப் பொருளை கிரமமாக உபதேசித்து அதனை அடைதற்கேற்ற சாதக யோகங்களையும் உபதேசித்தருளுவான். தத்-அது-சிவம், இலிங்கம்: துவம் நீ, சீவன், அங்கம் அசி-அனாய் ஐக்கியம்) இச் சாதக விதிகள் சீவர்களது சடபேதம் கர்ம பேதங்களுக்கு ஏற்ப வெவ்வேறாய் அளவில்லாதனவாகும். இது பற்றியே ஓதாதுணர்ந்த ஞானசம்பந்த வள்ளல் பாண்டி நன்னாட்டில் சைவத்தை நாட்டிய காலத்துப் பின்வரும் திருப் பாசுரத்தை அருளினர்.

"ஆட் பாலவருக்கு அருளும் வண்ணமும் ஆதிமாண்பும்
கேட்பான் புகில் அளவில்லை கிளக்க வேண்டா
கேட்பாலனவும் வினையுங் குறுகாமை எந்தை
தாட்பால் வணங்கித் தலைநின்றிவை கேட்கத் தக்கார்

(திருஞான சம்பந்தர் பாசுரம்)

"அண்ணல் அருளால் அருளும் திவ்யாகமம்...
... எண்ணில் எழுபது கோடி நூறாயிரம்."

(ஆகமச் சிறப்பு 4.

என்னும் திருமந்திரமும் இப்பொருட்டே யாதல் அறிக. நல்லன நூல் பல கற்பினும் காண்பரிதே எல்லையில்லாத சிவம் எனவும் "நெறிபட்ட சற்குரு நேர்வழி காட்டிற் பிறிபற்றி ருக்கும் சிவம் (குறள்) எனவும் ஔவையார் கூறியதும் அறிக.

"ஆறறிய யந்தணற் கருமறை பல பகர்ந்து" என்னும் கலித் தொகைக் கடவுள் வாழ்த்துக்குச் சொற்றொடரும் தம்முள்ளே ஆறு அங்கங்களையும் கண்டு வேதாகமங்களையும் உணர்ந்து (திருமந்திரம் 8ம் தந்திரம் 3வது 176) அவற்றின் அந்தத்தையும் அணவத்தக்க பக்குவமுடைய சீவர்களுக்கே, எம்பெருமான் ஏற்ற ஏற்றவாறு பல உபதேச முறைகளைக் கூறியருளுவான் என்னும் இப்பொருளே பயந்து நின்றமை கண்டு கொள்க. அளவில்லாத சீவர்களுக்கு உரிய விதிகளும் அளவு படாமையின் இவைகள் உலகில் நூல்களாக வழங்குதல் அசாத்தியமாகும். இவ் விதிகளை அப்பக்குவச் சீவர் வழுவறத் தாங்கி ஒழுகுவது மிக அரிது. அடையும் கஷ்டங்களும் பலவாகும். அருங் கற்பனை கற்பித் தாண்டாய் ஆள்வாரிலி மாடாவேனோ" (கோயின் மூத்த திருப்பதிகம் 7) எனவும் நாடவர் நந்தம்மை ஆர்ப்ப ஆர்ப்ப, நாமும் அவர் தம்மை ஆர்ப்ப ஆர்ப்ப" (திருப்பொற் சுண்ணம் 7) எனவும் பிறவுமாக வரும் மணிவாசகர் திருவாக்குகளையும் நோக்குக. சாதக யோக விதிகளால் அநுஷ்டிக்கப்படும் புது வினையாகிய மதி வினையால் பழ வினையாகிய விதி வினையை எம்பெருமான் நீக்கியருளிய கருணையை வியந்தே, இவ்வற்புதங்களை "அற்புதப் பத்து" என்று மாணிக்க வாசகர் பாடியருளினார். "சிவாய நம"வெனுங் குளிகையிட்டு பொன்னாக்குவன் கூட்டையே, (சூக்கும பஞ்சாக்கரம்) என்னும் திருமந்திரச் செய்யுளை நோக்குக. "சிவாய நம" வென சிந்திப்போர்க்கு அபாய மொருநாளுமில்லை, என்ற ஔவையார் திருவாக்கும் மதி வினையாகிய புது வினையால் விதி வினையாகிய பழ வினையை வெல்லுதலாகிய இவ்வுண்மை யையே உணர்த்தி நின்றது.'

இதனால் சீவன் முத்தர்களுக்கு மாயா போக அனுபவ மாகிய பிராரத்த அனுபவம் இல்லையாதல் கண்டு கொள்க.

சத்தும் சித்துமாகிய உடலுயிர்கள் ஒன்றோடொன்று சத்துருத்துவம் அடைந்து பிரிந்து போகாமல் சற்குருநாதன் அருளால் அறிந்து அநுஷ்ட்டிக்கப்படும் யோகங்களால் அஞ்ஞான பௌதீக இருள் நீங்கி ஞான பௌதிகமாகிய ஒளி பெறுகப் பெற்று அவை ஒன்றோடொன்று மித்ருத்துவமடைந்து நாயக நாயகியாய்க் கூடிக் குழைந்து அன்ஞுராக்கையாக்கிச் சூக்குமமாய் அருளாய் சிவாங்கமாகத் தேற்ற அநுஷ்ட்டானங் களைக் கூறும் வேதாகம விதிகளாகிய உபநிசத்துக்கள் உலகில் நூல்களாக எப்பாஷையிலும் வழங்குவதில்லை என்பது பக்தியாலடையும் அங்கலிங்கயிக்கம். "பகர்ந்திடும் உபநிடம் இன்றாம்" (சுத்த சாதகம் 4) எனக் குமார தேவர் கூறியவற்றாலும் அறியப்படும். உலகில் வழங்கும் நூல்களையும் உலகியல் நோக்கில் உடன்படுவாராய் "—அத்தினால் இவையில் அடக்கம தென்பர்" (சுத்த சாதகம் 4) எனப் பிறர் கூற்றாக அவர் கூறியதும் அறிக.

இனி அங்கலிங்க ஐக்கியம் எனப்படும் தத்துவமசி வாக்கியப் பொருளாகிய உண்மை முக்தி நிலை சுத்த சாதக முதலிய வாற்றன் ஒரு சிறிது கூறப்படும்.

"தூலம் தோன்றிய முறையே சூக்குமமாய் அருளாய் ஒடுங்கி சிவாங்கமாதலே உண்மை முத்தி நிலையாகும். தூலம் பழுதடைந்து பிணமாகப் பூமியில் விடப்படுமாயின் அது பிறவி நெறியே அன்றி முத்தி நெறி அன்று. தூல சூக்கும காரணங்கள் தம்மிற் பிரிந்து வெவ்வேறாக நிற்க மாட்டா. முக்தி அடைவோர் உலகினர் காணும் படியே தூலத்தோடு மறைவார்கள்." என்று மிக வற்புறுத்திக் கூறுகின்றது சுத்த சாதகம் என்னும் இந்நூல் என அறிக.

இவ் உண்மைகளைச் சுத்த சாதகத்தில் 18ம் செய்யுள் முதல் 22ம் செய்யுள் முடிய நோக்கி அறிக. தூலம் பழுதடைந்து பிணமாக விடப்பட, உயிர் பிரிந்து முத்தியடையும் என்று குமார தேவர் யாண்டும் கூறினாரல்லர்.

தத்துவப் பெரியாராகிய மெய் அடியார் எல்லாம் தமது, தூலம் பிணி மூப்புகளால் பழுதடைந்து பிணமாகாதவாறு,

இதனையே சூக்குமமாக்கி நித்தியரான உண்மை உற்று நோக்குமிடத்து குமார தேவர் வேத ரகசியங்களை அம்பிகை அருளால் நன்குணர்ந்து கூறியமை தெற்றெனப் புலப்படும்

பின்வரும் திருவாக்குகளும் தூலம் அன்ஞுறாக்கையாய் அருளாய்க் கரைந்து சிவாங்கமாதலே உண்மை முத்தி என்பதைப பசுமரத்தாணிபோல் நன்கு காட்டுதல் கண்டு கொள்க.

திருவாசகம்

"பொய்யாயின வெல்லாம் போயகல வந்தருளி
மெய்ஞான மாகி மிளிர்கின்ற மெய்ச்சுடரே"
"கள்ளப் புலக்குரம்பைக் கட்டழிக்க வல்லானே"

- சிவ புராணம்

"அழிதரும் ஆக்கை ஒழியச் செய்த ஒண் பொருள்
இன்று எனக்கு எளிவந்து இருந்தனன் போற்றி
அளிதரும் ஆக்கை செய்தோன் போற்றி
என்பன முதல்
...... உருகுவது
உள்ளங் கொண்டு ஓர் உறாச் செய்தாங்கு எனக்கு
அன்ஞுராக்கை அமைத்தனன்........

திருவேங்கடப் பகுதி

அருளொடு பரா அமுதாக்கினன்
"..... ஊன் கெட்டு உயிர் கெட்டு உணர்வு
கெட்டு என் உள்ளமும் போய்
நான் கெட்ட வாபாடித்... "" (திருத்தெள்ளேணம் 18)
"...... செத்தே போனால் சிரியாரோ"

(கோயில் மூத்த திருப்பதிகம்-8)

"தூக்கி முன் செய்த பொய் அறத்துகள்
அறுத்து எழுதரு சுடர்ச் சோதி
ஆக்கி ஆண்டு தன் அடியரிற் கூட்டிய
அதிசயங் கண்டாமே."

அதிசயப்பத்து 8-10

"செந்தீ அருளும் மெய்நெறி பொய்நெறி
நீக்கிய அதிசயங் கண்டாமே."

"செடி சேருடலை சிதையாதது
எத்துக்கு எங்கள் சிவ லோகா"

(குழைத்த பத்து 2)

"என் புள்ளுருக்கி (குலாப் பத்து 3)

"கொம்பிலரும்பாய்க் (குலாப் பத்து 6)

"ஊசலாட்டும் இவ்வுடலை உயிரான

இருவினை அறுத்து என்னை

ஓசையால் உணர்வார்க்கு

உணர்வு அறியவன் உணர்வு தந்து

ஒளியாக்கிப் பாசமானவை பற்றறுத்து

உயர்ந்த தன் பரம்பொருள் கருணையால்

ஆசை தீர்த்து அடியார் அடிக்கூட்டிய ,

அற்புதம் அறியேனே.

(அற்புதப் பத்து 8)

"செடி சேருடலைச் செலநீக்கிச்
சிவலோகத் தேமை வைப்பான்
"உடையான் அடிக்கீழ் பெருஞ் சாத்தோடு
உடன் போவதற்கே ஒருப்படுமின்"

(யாத்திரை பத்து 4.5)

திருநாவுக்கரசு நாயனார்

"ஒளியான நெய்த்தானனைத் தொண்டராய்த்
தொழுவார் சுடர் வாணரே"

(திருளாய்த்தானம் - திருக்குறுந்தொகை 4)

சுந்தர மூர்த்தி நாயனார்

"ஊன் உயிர் வேறு செய்தான்
நொடித்தான் மலை உத்தமனே"

(திருநொடித்தான் மலை)

திருமூலர் திருமந்திரம்

"அழிகின்ற சாயா புருடனைப் போலக்
கிழிகின்ற நீரிற்கு மிழியைக் காணில்
எழுகின்ற தீயில் கற்பூரத்தை ஒக்கப்
பொழுகின்ற இவ்வுடல் போம் அப்பரத்தே"

விசுவக்கிரரசம்

திருவாய் மொழி - நம்மாழ்வார்

"களிப்புக் கவர்வும் அற்றுப் பிறப்புப்பிணி
மூப்பிறப்புமற்று
ஒளிக்கொண்ட சோதியாய் உடன்
கூடுவது என்று கொலோ"

(2ம் பத்து, 3ம் = திருமொழி 10) 1)

"குழுமித் தேவர் குழாங்கள் கைதொழச்
சோதி வெள்ளத்தினுள்ளே
எழுவது ஓர் உரு என் நெஞ்சுள்
எழும் ஆர்க்கும் அறிவரிதே"

(5ம் பத்து எங்ஙனேயோ 10)

முத்துத் தாண்டவர்

"மாணிக்கவாசகர் பேரெனக்குத் தரவல்லாயோ
அறியேன்.. கட்டையில் வைத்துச் சுட்டு விடாதே
கள்ளக் குழியில் புதைத்து விடாதே - பொற்பூமாரி
இமையோர் சொரிந்திடப் பொன்னூசல் ஆடும்
திருவாதிரை நாளில், கற்பூர தீபம் போல் என் தன்
உடலைக் கனக சபையிற் கலந்து கொள்வாயே."

ஔவை குறள்

"ஐம்பதும் ஒன்றும் அழல் போலத்தான்
நோக்கில் உம்பர் ஒளியாய் விடும்"
"எல்லையில் இன் அமுகம் உண்டு ஆங்கு
இனிது இருக்கில் தொல்லை முதல் ஒளியே ஆம்."

- வீட்டு நெறிப்பால்

அருணகிரிநாதர் கந்தரனுபூதி

கூகா வென வென் கிளை கூடியழப்
போகா வகை மெய்ப் பொருள் பேசியவா
நாகா சலவே லவநாலுகவித்
தியாகா சுரலோக சிகாமணியே
சாகா தெனையே சரணங்களிலே
காகா நமனார் கலகஞ் செயநான்
வாகா முருகா மயில்வாகனனே
யோகா சிவஞானனோபதேசிகனே. 41

கந்தரலங்காரம்

சொன்ன கிரெளஞ்ச கிரியூடுருவத்
துளைத்தவைவேன்
மன்ன கடம்பின் மலர் மாலை

மார்பு மௌனத்தையுற்று
நின்னை யுணர்ந்துணர்ந் தெல்லா
மொருங்கிய நிற்குணம் பூண்
டென்னை மறந்திருந்தேனிருந்தே விட்ட
திவ்வுடம்பே 19

நம் தாயுமானப் பெருந்தகையும் இவ் உண்மை நிலையையே அடைய முயன்று தவறியமையால் ஆற்றாமை பற்றிச் சடம் பொய் என்று ஒருகால் கூறினர் ஆயினும், தூலம் பிணமாக விழ உயிர் முத்தியடையும் எனக் கூறுவாரை மறுத்து "உலக நெறி போல் சடலம் ஓய உயிர் முத்தி இலகும் எனல் பந்த இயல்பே பராபரமே, எனவும் "தேகம் யாதேனும் ஒரு சித்தி பெறச் சீவன் முத்தி ஆகு நெறி நல்லநெறி ஐயா பரா பரமே" (பராபரக் கண்ணி 358, 357) எனவும் கூறியவைகளால், தேகம் அமலம் பெற்று மறைதலே உண்மை முத்தி எனக் கருதினராதல் நன்கு பெறப்படும். இன்னும் வேத சாரமாகிய திருவாசகத்தையும் திருக்கோவையையும் நடராசர் சந்நிதானத்துக் கண்டு எடுத்து ஓதி அவற்றின் பொருளை அறிய முடியாது. அவை தாம் அறியாதோர் நூதனப் பொருள் உடையனவாய் இருந்தமை கண்ட வேதாகம பண்டிதர்களாகிய தில்லை வாழ்ந்தன மூர்த்திகள்" எம்பெருமான் எழுதிய இம்மறையின் பொருள் யாது" என மணிவாசகரை வினவிய விடத்து. அப்பெருமான் அதனைக் காட்டுதும் என நடராசப் பெருமானைச் சுட்டிக் காட்டி. அவர் சந்நிதியில் பலரும் கண்டு போற்றும்படி தூலத்தோடு மறைந்தருளியமையாலும் அங்ஙனம் தூலத்தோடு மறைந்து சிவாங்க மாதலாகிய உண்மை முக்தியே அத்திருவாசக திருக்கோவைகள் முதலிய உண்மை பொருளாம் என வெள்ளிடை மலைபோல் விளக்கிக் காட்டினமை அறிக. சத்து சித்துமாகிய உடலுயிர்கள் அன்னுராக்கையாகிய நாயக நாயகியாய் கூடிக் குழைதற்கண் உளதாகும் பேரின்பமே உலக நிலைபோல் முன்னிலைக் கண்வைத்து ஓதப்பட்ட திருக்கோவையிற் கூறப்படுதலால் அஃதும் தூலம் சுக்குமமாய் அருளாய்க் கரைந்து சிவாங்கமாதல் எனப்படும் இவ் உண்மை முத்தி நிலையே நுதலிய தாதல் தெற்றென உணர்க.

இன்னும் நந்தனாரும் சேந்தனாரும் முத்துத் தாண்டவப் பெருமானும் பல்லோரும் கண்டு போற்றுமாறு நடராச சந்நிதானத்தில் மறைந்தமையும், ஆழ்வாருள்ளும் ஆண் டாளம்மை என்னும் மாதரார் திருவரங்கர் சந்நிதானத்துப் பல்லோரும் கண்டு போற்ற மறைந்தமையும் அறிக. ஞான சம்பந்தப் பெருமானும், அவர் திருமணம் காணச் சென்ற சீவன் முக்தர்களும் பெருஞ் ஜோதியில் ஒருங்கு மறைந்தமையும் அறிக. அறுபான் மும்மை நாயன்மாருள் ஏனையோரும் இவ்வாறு மறைந்தமையே உண்மையாதல் உய்த்துணர்ந்து கொள்க.

இவற்றால், தத்துவப் பெரியார், முத்தியடையும் காலத்து, உலகம் உய்யுமாறு திருவருட் செயலாகவே பலரும் கண்டு போற்றும்படி இப்பெரும் பேறு நிகழப் பெறும் என்பதும் தெற்றெனப் புலப்படுதல் காண்க. "அருளாய் வெளிய தாய் உலகு கண்டிடவே" எனச் சுத்த சாதகம் 19ம் செய்யுள் கூறியதும் அறிக.

வேத ரகசியம் இவ்வாறு இருக்க அதனையும் உணராது சமயாசாரியார் முதலிய தத்துவப் பெரியார் அருமை பெருமையும் உணராது தூலத்தோடு மறைதலே இயற்கை முறையென்பதும் அறியாது, தூலத்தோடு மறைதல் ஒரு வகைச் சித்தியும், பத முத்தியும் கற்பித நிலையுமாம் எனத் துணிந்து கூறுவார் அறியாமைக்கு இரங்குவதேயன்றி வேறு செயற்பாலது யாதும் இல்லை என அறிக.

தூலத்தோடு மறைதலில் சில வேறுபாடு காணப்படினும் அவை எல்லாம் மீண்டு வாரா நெறியே என்பதில் ஐயம் இல்லை என உணர்க.

தத்துவப் பெரியார் சித்திகள் எல்லாம் திருவருட் செயலாக நடைபெறும் அருள் சித்திகளேயன்றி திரோதானத்து நின்று முனைப்போடு உஞற்றும் மருள் சித்திகளாகா என்பதும் அறிக.

சமயாச்சாரியார் முதலியோர் தூலத்தோடு மறைந்தமையே மீண்டு வாரா உண்மை நெறியாம் என்பதும் உடம்பை புவியில் விட்டு ஏகும் நெறியெல்லாம் பிறவி நெறியே யாம் என்பதும் நன்கு கடைபிடிக்க.

இனி நம்மவர் பலர் தூலம் பழுதடைய அதனைப் பிணமாக பூமியில் விடுத்து உயிர் பிரிந்து அடைவதும் தூலத்தோடு மறைதலும் ஆகிய இரண்டு நெறியும் முத்தியேயெனவும் இவை ப்ராரப்தத்தின் படியாகும் எனவும் கூறி அமைவர்.

சிலர் வினைபோகமே ஒரு தேகங்கண்டாய் வினைதான் ஒழிந்தால் தினைப்போதளவும் நில்லாது என்று பட்டினத்தார் பாட்டும் கூறி பிராரத்த ஒழிவில் உடம்பு அழிந்தேவிடும் என்பர். பிராரத்த அனுபவம் மருளுடம்பினராகிய சீவர்களுக்கு உரியது என்பதனையும் பட்டினத்தார் பிராரத்த ஒழிவின் கண்ணேயே மருளுடம்பே மாயாதனு பிரணவ உடம்பாக மாறி ஜீவன் முக்திநிலை கைவரும் என்பதனையும் கூறிய "வினைப் போக" தேகம் மருளுடம்பினர் என்பதையும் மருளுடம்பினர் சீவன் முக்தராகார் என்பதனையும் சுத்த சாதகத்தில் "பிராரத்தம் உடன்பாடு என்று எந்த நெறியும் பேசிடும்" என்னும் 24ம் செய்யுளாலும் "அன்னை தன் முலைப்பால்" என்னும் 25ம் செய்யுளாலும் கண்டு, அவர் தெளிவு பெருவாராக. இதுகாறும் கூறியவற்றின் சாரமாக இன்னும் ஒரு சில கூறி இவ்விஷயம் முடிக்கப்படும்.

பொய்த்தல் என்றும் பொலியாது மெய் என்றும் வாழ இடந்தரும் சீவ தசையில் பொய்யாக்கப்படும் இச்சடத்துக்கு மெய் என்று ஒரு திருநாமம் பிரசித்தியாக விளங்குகின்றது. இது பொய்யென்றே முடிவு பெறவில்லை.

"உடலுயிர் உண்மை என்று ஓர்ந்துகொள்ளாதார் கடலில்
அகப்பட்ட கட்டை யொத்தாரே"

(சிவ வேடம் 2)

"உயிரும் உடலும் ஒருங்கிக் கிடக்கும்:
பயிரும் கிடந்துள்ளப் பாங் கறியாரே"

- கூடா ஒழுக்கம் 12

"நான்றவிழ் முட்டை யிரண்டையுங் கட்டியிட்டு
ஊன்றி யிருக்க உடல் அழியாதே"

- சரீர சித்தி உபாயம்

"எச்சமயத்தும் இயற்கையை விட்டிடலாகா"

சு. சா. 83

எனவும் பிறவுமாக வரும் திருமூலர் திருமூலவாக்குகள் பலவற்றாலும் உடலும் உயிரும் அழியாமையும், அவை பிரியாமல் பிரிந்து ஒன்றாய் நிற்பதும் நன்கு பெறப்படும். நமது தேகமாகிய பூமியுள்ளே குண்டலி சேட சயனனாக விளங்கும் அனந்த சயனனாகிய நாராயணன் சிவமே யன்றி வேறு யார்? அமிர்த சுகவாரி எனவும் ஞான சிக்தி எனவும் கூறப்படும் விஷ்ணுவாகிய நாரி அரனது அர்த்த பாகத்தை உண்டனள். அர்த்த பாகம் பெற்ற இடத்தே நமது காதல் அழிவு பெறும். இருவினையும் சமப்பட்ட விடத்தே சிவன் சதா சிவமாய் சிவமாகும் என அறிக.

ஒவ்வோர் சமயத்தைத் தழுவினவர்கள் "எச்சமயத்தும் இயற்கையை விட்டிடலாகா" (சுத்தசாதகம் 83) என்றவாறு அவ்வச் சமயங்களால் பிரதி பாதிக்கப்படும் வடிவங்களையே பெரிதாகப் புகழ்ந்து கூறுவர். ஆயினும் முடிவில் யாவற்றையும் ஒன்றாகக் கண்டு கூறினமையும் அவ்வவர் பாடல்களால் நன்கு புலப்படும். "அரியலாற்றேவியில்லை ஐயன் ஐயனார்க்கே" (திருவையாறு திருநேரிசை 5) என வரும் அப்பர் திருவாக்கையும் நோக்குக.

இதனால் சிவமே, சத்தி; சத்தியே சிவம், அந்தமே ஆதி, ஆதியே அந்தம்; ஆதியில்லாமல் அந்தமில்லை, அந்த மில்லாமல் ஆதியில்லை: சித்தில்லாமல் சத்தில்லை: சத்தியில் லாமல் சிவமில்லை, சிவமில்லாமல் சத்தியில்லை, விஷ்ணு இல்லாமல் சிவமில்லை, சிவமில்லாமல் விஷ்ணு இல்லை: மெய்யில்லாமல் உயிரில்லை, உயிரில்லாமல் மெய்யில்லை என்னும் உண்மை பெறப்படுதலும் காண்க. பொய் மெய்யிலாவிடத்துச் சத்தம் பொலியுமா? பொலியாது: பேச இடந்தராது: அசைவற்ற பிணமாகும். பொய்யும் மெய்யும் சமம் பெற்ற நாள் (இருவினையுங் கெட்டு) இவ்விரண்டுங் கெட்டு வேறு உருவம்பெறும். அது சுண்ணாம்பும் மஞ்சளும் கூடிக்குழைதலால் அவ்விரண்டின் நிறமும் கெட்டுப் பிறிதொன்று முளைத்தது போலாகும். உடல் உயிராகிய இருவினை அறுத்து

என்னை ......ஒளியாக்கி" எனவும் (அற்புத பத்து 8) "ஊன் உயிர் வேறு செய்தான்" (சுந்தரர்) எனவும் வரும் திருவாக்குகளையும் நோக்குக. ஆதலால், இரண்டு இல்லாமல் விளைந்தது ஒன்றில்லை. இரண்டும் கூடும் நிறையால் நிறைக்கு ஏற்றம் இறக்கம் விளங்கி முன்னிலை தன்னிலைகள் வேறு வேறாய்ச் சுட்டுணர்வுக்கு இடமாயிற்று. இரண்டும் சமமாக நிறையோடு தழுவி நிகழும் நாள் துவிதம் அற்று அத்துவிதமாகும்: ஒன்றாய் நின்றிடும் என்பது முடிவாகும். "ஊன் கெட்டு உயிர் கெட்டு உணர்வு கெட்டு என் உள்ளமும் போய் நான் கெட்டவா" (திருத்தெள்ளேணம் 18) "ஏக்க அடைக்கும்போது உணரமாட்டேன்" (அப்பர் தேவாரம் திருப்புகலூர் திருத்தாண்டகம்) "ஒன்பது வாசலும் ஏக்க அடைத்தக்கால் அன்பதில் ஒன்றாம் அரண்" (ஔவை குறள், வீட்டு நெறிப்பால்) என வரும் திருவாக்கு களாலும் இவ்வுண்மையை உணர்ந்து கொள்க.

ஆதலால் தூலம் சுக்குமமாய் அருளாய் மாறிச் சிவாங்கமாதலே தத்துவமசி மஹாவாக்கியப் பொருளாகிய உண்மை முத்தியாம் என்பதும் இதுவே சுத்த சாதகமும் திருவாசக முதலிய தத்துவப் பெரியார் பாடல்களும் முதலிய பொருளாம். மேலும் விரிப்பிற் பெருகும்.

இவ் உண்மை முத்தியைச் சாத்திர நிபுணர்கள் தாம் இயற்றிய நூல்களில் ஒரு சிறிதும் கூறவில்லையே எனப்பலர் கருதுகின்றனர். அப்படி கருதுவது அறிஞர்க்கு அழகன்று. அந்த நிபுணர்கள் இவ் உண்மைகளைச் சூத்திரங்களிலும் செய்யுட்களிலும் புகட்டாமல் புகட்டி மறை பொருளாக்கி விட்டார்கள் என்பதே உசிதமாகும். இவ்வித்துவப் பெரியார்கள் 5த்துவப் பெரியார் திருவாக்குகளின் பொருளை அறிந்திலரோ எனின், ஒருவாறு அறிந்தும் சிஷ்யர்கள் பக்குவம் நோக்கி சமயோசிதமாகப் பொருள் கூறினர் என்பதே உசிதமாகும். என்னை! இக் காலத்தும் அத்தகைய குரு பீடங்களைச் சேர்ந்த குரவர் சிலர், தத்துவப் பெரியார் பாடல்களுக்குச் சபையார் குறிப்பறிந்து சமயோசிதமாகப் பொருள் கூறி விடுதலும் மரபு ஆகும். ஆகா! நன்று கூறினாய்! குமார தேவரும் இத்தகைய குரு

பீடங்களுள் ஒன்றைச் சேர்ந்தவர் தாமே! அவர் இவ் வுண்மைகளை எவ்வாறு அறிந்து கூறினார் என்பார் உளர் ஆயின், அவர் அக்குமார தேவர் தமது வித்தியா சாமர்த்தியத்தாலும் தற்போதத்தாலும் சுத்த சாதகம் என்னும் இந்நூலைக் கூறினாரல்லர் எனவும் பெரிய நாயகியே அவர் வாக்கில் நின்று இந்நூலைக் கூறி அருளினாள் எனவும் உண்மையை நோக்கி அமைவார் என்பது திண்ணம்.

குமார தேவர் அப்பிறப்பில் முத்தியடைந்தவரா? இல்லை இல்லை.

"இந்த நெறி சொலுமருத்தம்
நினக்கும் வாய்த்திடும்"

(சு. சா. 93)

என அம்பிகை அவருக்குக் கூறி அருளினதாக சொல்லப் பட்டதேயன்றி அவர் முத்தி அடைந்தமைக்கு வேறு சான்றுகள் இல்லை.

வேதம் முதலாக உலகில் வழங்கும் நூல்கள் இவ்வுண்மை முத்திநிலை மறை பொருளாகவே நிற்குமாறு ஒரு சில கூறிப் போதரவும், இன்னும பலர் தத்துவ மசியைப் பற்றி முற்றும் உணர்ந்தவர் போல் வாலியம் வாலியமாக எழுதி பிரகடனஞ் செய்து போராதரவும், உண்மையை உணர்ந்து தத்துவ மசியே ஆன பெரியார் இவ்வுண்மைகளையெல்லாம் கௌண பதங்கள் அமைந்த செய்யுட்களால் தேவாரம் திருவாசகம் முதலியனவாகப் பாடிவிட்டு மறைந்தனர். உண்மை உணர்ந்து அது ஆனோர் அது ஆவர்.

பின் அதுவே அதன் பொருளைக் சொல்லும். இதனால் இப்பெரியார் வாக்கும் சிவவாக்கே ஆதல் அறிக.

அவர் கொண்ட பதங்களால் கூறியமையும், சீவர்கள் பக்குவம் நோக்கிய காருண்ணிய மிகுதியேயாம் என அறிக.

"ஓங்காரத்துட் பொருளை ஐயன் எனக்கு அருளியவாறு ஆர் பெறுவார் அச்சோவே" எனவும், பிறவமாக மணிவாசக வள்ளள கூறியாங்கு, ஓங்காரத்துட் பொருளையும் அதனை

அடைதற்ற சாதக யோகங்களையும் திருப்பெருந்துறை குருநாதனால் உபதேசிக்கப்பட்ட அப்பெருமான் அவற்றையே தாரகமாகக் கொண்டு சாதக யோகங்களாற் படியேற்றம் பெற்றுழி முறையான் எய்திய சிவானுபவக் கட்சிகளே திருவாசகமாக அருளப்பட்டன. ஆதலின், அதன் பொருள் எல்லாம் அத்தகைய அனுபவம் வாய்ந்த மெய்யடியாராகிய அந்தணர்க்கேயன்றிச் சாதலடையும் வல்லபம் பெற்ற எம்போலிய சூத்திரர்க்குப் புலப்படுதல் அசாத்தியம் என்பதைச் சொல்லவும் வேண்டுமா?

திருவாசகம் எம்பெருமான் வடிவமாகிய நித்திய வேதாகம சாரமே என்பது.

கற்போலு நெஞ்சம் கசிந்துருகக் கருணையினால்
நிற்பானைப்போல் என் நெஞ்சினுள்ளே
புகுந்தருளி, நற்பாற் படுத்து என்னை நாடறியத்
தான் இங்ஙன், சொற்பாலது ஆனவாதோ
ணோக்க மாடாமோ."

(திருத்தோ ணோக்கம் 4)

என மணிவாசகர் கூறி அருளியதால் அறியப்படும்.

நித்திய வேதாகமங்களாகிய எழுதாமறைகளை அறிதற்கு நமது தூலம் அமலம் அடைதலாகிய பக்குவம் பெற வேண்டும்

வேதாகமங்களையும் அங்கங்களையும், அனுபவத்தில் உணர்ந்த தத்துவப் பெரியார் அவற்றைத் தமது தேவாரம் திருவாசகம் முதலிய பாடல்களில் குறித்தருளினார்,

"பாடி எழுகின்ற வேதாகமங்களும்
நாடியினுள்ளாக நான் கண்டவாறே"

(திருமந்திரம் 8ம் தந்திரம் - நின்மலாவத்தை 14)

எனத் திருமூலர் கூறியதாலும் நித்திய வேதாகமங்களே உணர்ந்து கொள்க.

மாணிக்க வாசகர் காலத்தில் இருந்து வேதாகம பண்டிதர்களாகிய தில்லை வாழந்தணரே வேத சாரமாகிய

அத்திருவாசகப் பொருளை அறியாது மயங்கினர் என்றால் பிற்காலத்தவர் பலர் அதனை அறியாது, மனோ தர்மத்தால் பல கொள்கைகளை நாட்டி விட்டமை வியப்பன்றே!

"மார்கழி நீராடல்" "திருப்பொற் சுண்ணம்" "திருப்பூவல்லி" முதலியன எல்லாம் ஒவ்வோர் சிவானுபவக் காட்சிகளைக் குறிக்கும் பரிபாஷைகள் என்றே பெரியோர் கூறுவர். "மார்கழி ஏற்றமதாமே"

(தியானம் 17)

எனத் திருமூலரும் கூறினர்.

திருவாசகத்தையும் அதனை அருளிய குருநாதனையும் பூசித்தற்கு நாம் ஒரு கால் அதிகாரிகளாயினும் அதனை ஓதிப் பயனடைதற்கு அதிகாரிகள் ஆதல் அசாத்தியமேயாகும். "சொல்லிய பாட்டின் பொருளுணர்ந்தார் தூலத்தோடு மறைந்து உண்மை முத்தியடையதல் திரு வருணணையாதலும் தெற்றென உணர்க. (சிவபுரம், கைலை, என்பன முத்தியைக் குறிக்கும் கௌணபதங்களாகும்).

"மதுரவாசகம் ஓதன் முத்தி உறுபயன்" எனவும் "தானே முத்தி தருகுவன் சிவன் அவன், அடியேன் வாதவூரணைக்கடிவின் மனத்தாற் கட்டவல்லார்க்கே" (நால்வர் நான்மணி மாலை) எனவும் வருவனவற்றாலும் திருவாசகப் பெருமையும், உண்மை முத்தி அடைந்தோரை வழிபடுதல் சிவவழிபாடே ஆதலும், தெற்றென உணர்க. அநுபான் முன்மைநாயன்மார் போலவே சேர்ந்தளாரும் முத்துத்தாண்டவப் பெருமானும் வழிப்படுதல் அவசியமேயாகும். இறந்தோரை வழிபடுதல் அவ்வழிபாடேயாதலின் முத்தியடைந்த தத்துவப் பெரியாரே வழிபடற்பாலர் என அறிக.

சமயத்தால் அடையும் பெரும் பேறாகிய உண்மை முத்தி நிலையைக் குறித்து இயன்றவரை ஆராய்ந்து எழுதப் பட்ட இக்கட்டுரையை சைவாபிமானிகளாகிய தமிழ் அறிஞர்கள், தங்கள் அகத்திற்குடிகொண்டிருக்கும் சந்தான குரவர் முதலிய

நாம் ரூபங்களைப்பற்றிய அபிமானத்தால் புறக்கணித்துவிடுவது நீதியாகாது.

உமாபதி சிவாசாரியார், பெற்றான் சாம்பனுக்கும் முள்ளிச் செடிக்கும் முத்தி கொடுத்துத்தாமும் சரீரத்தை விட்டு முத்தியடையவில்லையா? எனப்பலர் ஐயம் அடைகின்றனர். பெற்றான் சாம்பானும் முள்ளிச் செடியும் அருட்சோதி வடிவாய் முத்தி பெற்றது உண்மையே. இத்தகைய உண்மை முத்தி, பலர் காண நிகழவேண்டியதே திருவருள் நியமமாதலாலும், எம்பெருமானால் ஆவேசிக்கப்பட்டு நிற்றற்கு உமாபதி சிவம் மிக்க புண்ணியமுடையராய் இருந்தமையாலும், அவ்வுமாபதி சிவாசாரியார் முன்னிலையில், இம்முத்தி நிகழ வேண்டிய தாயிற்று என்பதே உண்மையாகும்.

எம்பெருமான் ஆவேசித்து நிற்றற்குரிய அவ்வளவு புண்ணியம் உமாபதி சிவத்துக்கு இருந்ததேயன்றி, அவர் அப்பிறப்பில் இம்முத்தியை அடைதற்கும், இதற்குரிய சாதக யோகங்களைத் தெரிந்து அநுஷ்டித்தற்கும் பக்குவ முடையரா யினரல்லார். இவற்றை அறிந்தாராயின், தாம் இயற்றிய நூல்கள் ஒன்றிலாவது இவற்றைக் குறித்திருப்பாரன்றோ", முத்தி கொடுக்க முறை" என்று பாசுரத்தாலும் அதனை அடையப் பெற்றோர் சோதியாய் மாறியதாலும் தூலத்தோடு மறைதலே முத்தி என்பது நன்கு பெறப் படவில்லையா?

ஆண்டு நிகழ்ந்தனவெல்லாம் ஆவேசமாய் எம் பெருமானால் நிகழ்ந்தனவேயன்றி உமாபதி சிவாசாரியாரால் நிகழ்ந்தனவல்ல. ஆவேசிக்கப்பட்டு நின்ற அவ்வளவிற்கே உமாபதி சிவம் புண்ணிய சீலர் ஆதலால், அதற்கேற்றவாறு அவரைக் கௌரவப்படுத்திப் போற்றுவதே முறையாகுமன்றி, அவருக்கு முற்றாக அமையப் பெறாத தன்மையை வருவித்து அமைத்து அவரைக் கௌரவப் படுத்தத்துணிதல் மதியின் மையோர் செயலேயன்றி மதியுடையோர் செயலன்று.

"ஆட்பாலவருக்கு அருளும் வண்ணமும் ஆதி மாண்பும் கேட்பான்புகில் அளவில்லை கிளக்கவேண்டா" என்றவாறு

எம்பெருமான் பெற்றானுக்கும் முள்ளிச் செடிக்கும் முத்தி கொடுத்தற்கு உமாபதி சிவாசாரியார் சரீரம் அவர் புண்ணியத்தால் ஒரு சாட்டாக இருந்ததேயன்றி, அச்சரீரம் அப்பிறப்பில் முத்தியடைதற்கேற்றவாறு சாதக யோகங்களால் அமலம் அடையப்பெற்றதன்று. இச்சம்பவத்தை ஒரு போலிச் சாட்டாகக் கொண்டு புறச்சமயத்தாரும் வியப்படையுமாறு இயற்கை முறையாக அமைந்துள்ள நமது சைவசமய உண்மை முத்தி நிலையை மறுக்கத் துணிதல் அறிவுடையோர்க்கு அழகன்று.

பிறவி வல்லலைப்படுகின்றன சீவர்களுக்குரிய அஞ்ஞான பௌதீக தநுவாகிய மருளுடம்பே பிணமாகப் பூமியில் விடப்படுவதாகும். சீவன் முத்தர்க்குரிய பிரணவ உடலம் அருளாய்க் கரைந்து அருவமாகும். ஆதலால் பிணமாக வீழ்ந்த மருளுடம்புகளை அருள் வடிவமாகக் கொள்ளுதல் இயற்கை விரோதமாம் என அறிக. மருளுக்கும் அருளுக்கும் இடையீடு மிகப் பெரிதாம் என்பது சுத்த சாதகத்தில் கண்டு தெளிக.

ஆதலால், பிராரத்த அநுபவத்தால் சாதலடைந்த மருளுடம்பினராகிய உமாபதி சிவாசாரியாரையும் மற்றைய சந்தான குரவர் முதலிய வித்துவப் பெரியாரையும் பலவகையிற் புண்ணிய சீவர் என்பதேயன்றி, அருளுடம்பினராய் முத்தி யடைந்தார் எனக் கொள்ளுதல் இயற்கை விரோதமும் பாதகமுமாம் என அறிக.

இதுகாறும் கூறியவைகளால் தூலத்தோடு மறைதலே உண்மை முத்தி என்பதும், அதுவே சுத்த சாதகமும், தத்துவப் பெரியார் பாடல்களாகிய திருவாசக முதலியனவும் முதலிய பொருளாம் என்பதும், தூலம் பழுதடைந்து பிணமாக விழ இறத்தல், பிறவி நெறியே என்பதும் ஒருவாறு விளக்கப்பட்டன. இன்னும் இவ்வுண்மைகள் எல்லாம் சுத்த சாதகத்தில் நன்கு விளக்கப்பட்டிருத்தலின், அந்நூலில் கண்டு தெளிக. சுத்த சாதகப் பொருளை நன்குணர்ந்தவர் தத்துவப் பெரியார் பாடல்களில் மறை பொருள்களையும் ஒருவாற்றான் அறிந்து கொள்ளுதற்கு அருகராவர்

முற்றிற்று

உ
கணபதி துணை

திருச்சிற்றம்பலம்

சுத்த சாதகம்

பாயிரம் ஆழத்துப் பிள்ளையார் துதி

சூதான மாயை யோரைத்
 துதிக்கையாலெடுத்து மேலாம்
ஆதாரமான அந்த அருளினில்
 யிருக்க வைக்கும்
தாதா வாய் விருத்த
 வெற்பிற் றங்கியே பிரகாசிக்கும்
பாதாளத் தானைப் பாதம்
 பணிந்து போற்றிடுதல் செய்வோம். (1)

விருத்தாசலேஸ்வரர் துதி

அருமறையுச்சிதனில் விளக்குவதாய
 எதியாய் அமலன் மற்ற மலை
இருவர்க்கும் நிகழ்ச்சியாயந்த
 விறைவர்க்கிதயமாயிலிங்க ரூபதமாய்
ஒரு கிரி வடிவாய் கொடுமுடி யனந்த
 முடையதாய் உலகெங்கும் நிறைவாய்த்
திரு முது கிரி யென்றொரு பெயர்ப் படைத்த
 தேவை நாடோறு மிறைஞ்சிடுவோம். (2)

பெரிய நாயகியர் துதி

மரகத வடிவு மதித்திரு முகமு மலர்க் குழலுஞ்
 குறு நகையும்
கரக மலமும் கூர் விழியுஞ் செவ்வாயுங்
 கச்சணி தனமு நூலிடையும்
ஆகா வென் போர்க் களித்திடும்
 பதத் தோடஞ்சலென் றென்னிதிர் தோன்றி

உரகதி யளித்த பெரிய நாயகியை
உளத்தினிலிருந்து
ருத்தி வாழ்த்திடுவோம் (3)

பங்கயன் திருமார்கக் கரியதோர் பரமன்
பங்கியே பெரிய நாயகியே
சங்கை களிலதாய்த் தடைகண்
மற்றில தாய்த் தத்துவமசிக் கருத்தமதை
அங்கை யினெல்லியென விளக்குவதாய
மலையே யுனக் கிதயமதாம்
துங்க நன் நெறி யொன்றுளத்திலும்
விளக்கித் தொண்டனேன்
வாக்கினு முரைப் பாய் (4)

நூல் வரலாறு

உலகிலெச் சமயங்களுக்கு முறைத்திடுதற்கொரு
விரோதங்களுமின்றி
இலகுமச் சமயங்களுக்குமேலாகி
யிலங்கிடுமுபநிட நெறியை.
அலகிலெம் மண்ணலருளிய வகை
யுள்ளக்த்திலும் விளக்கி வாக்கினிலும்
குலவிட உரைப்பேமென்றனள்
விருத்தக் குன்றில் வாழ் பெரிய
நாயகியே
பெரிய நாயகி தன்கருணையால் இங்கு
பிராரத்தமும் மொழிந்தோர்க்குத்
திரிவதா மாயா வடிவது
கரைந்து திருவருளே வடிவாக
அரியவாஞ் சாமத் தசியுரைப் படியே
அமைத்திந்தச் சத்த சாதகத்தைத்
தெரிவிலா வெளியேன் வாக்கினின்று
திருஉளம் பற்றிய திதுவே

பாயிரம் முற்றிற்று

நூல்

சுத்த சாதகம்

ஈசனதுரையுங் கிரியையதென்றுமியம்பிடுமுபாசனையென்றும்
பாசமதகன்ற சுத்தமதென்றும் பகர்ந்திடுமூன்று காண்டமதாம்
நேச நற்கிரியை சைவம் வைதீக நிகழ்ந்திடுமுபாசனை சுத்தம்
ஆசில் சிவாத்து விதமிவைமூன்றுமடங்கிடுந் தத்துவமசியே (1)

கிரியையினெறியையிலங்கிட வியம்புங்கிளர் தந்திரம்மெழு நான்கும்
அரியநல்லு பாசனா நெறியதனை யறைந்திடு மறையொருநான்கும்
அரியநல்லு பாசனா நெறியதனை யறைந்திடு மறையொரு நான்கும்
உரியவச்சுத்த நெறிதனையுரைக்குமப நிடச்சுருதியெண்ணான்கும்
கிரியை தொம்பதந் தற்பதமு பாசனையக் கோடில் சுத்தம் மசிபதமே (2)

இருக்குமுன்னான்கின் முடிவிலெண்ணான்கா
யிலகிடுமுபநிடமவையே
வருக்கமுமிரண்டாம் பூருவமென்றும்
வயங்கிடு முத்தரமென்றும்
சுருக்கமதன்றி யத்தியான் மீகஞ்சொற்றிடும்
பூருவபாகந்
திருக்குகளின்றி யங்கலிங்கயிக்கஞ்
செப்பிடுமுத்தரபாகம் (3)

முத்தியாமிடத்துமும் முதலென்றே மொழியுமாகமமுமங் கொன்றாம்
அத்தியான் மீகமறையுபநிட முமவனியில் வழக்கமே யன்றிப்
பத்தியாலடையுமங்கலிங்கயிக்கம் பகர்ந்திடுமுபநிட மின்றாய்
அத்தினாலிவையிலடக்க மதென்பர் அதை விளக்கிடுந்
தொந்தத் தசியே (4)

சைவ நன்னெறியும்
தந்திரமவையுந் தற்பரன்
முகத்தினின்று திக்கும்
துய்யவை தீகமும் மறையவை
யுஞ்சவாச மற்றதனினின் றுதிக்கும்

உய்யுமச் சிவாத்துவித நெறியது வுமுபநிடமும்
முளத்துதிக்கும்
ஐயமுந்திரிவு மறவிவைக்
கருத்த மறைந்திடுந் தத்துவ மசியே (5)

ஆகமமிருபத் தெட்டினின் முடிவாமாகமம் வாதுளமதனில்
ஏமமென்றியம்பு மறையனுசரித்தே யியம்பிடு நான் மறையவையில்
பாகமதுறுஞ் சாமத்தின் முன்னெறியும் பகர்சிவாத்துவித வந்நெறியும்
பூகமதிலிங்க வியம்பிடு மதனாலுண்மை சாமத்தினின் முடிவே (6)

பந்தமகன்று சுத்தமாய் இருத்தல்
பரமமாமுத்தி யதென்றும்
அந்த நல்ல திட்டமானது
தானே யாகுதன் முத்தியதென்றும்
நந்தலில் சிவத்துக் கங்கமாயிருத்தனர் குறு
முத்தியதென்றும்
தந்திரமறை யுபநிடதமு மூன்றுஞ் சாற்றும்
தாற்பரியம் நீ கேட்பாய் (7)

பந்தமறுமான்வையே நோக்கிப்
பந்த நீங்குதன் முத்தியென்றும்
அந்த நற்சுத்தான் மாவையே
நோக்கியவ்வதிட்டான நீ யென்று ந்
தந்திரமாதி மூன்று காண்ட மதுஞ்
சாற்றிடுமிவை தொந்தசியே (8)

முன்பதசிருட்டுப்பதிபசுபாச
மூன்றையுமனாதியாய் நிறுவும்
பின்பத சிருட்டிச் சகமித்தை
யந்தப் பிரமமேயுளதென நிறுவும்
மன்பதன மூன்றும் பின்னைய
பினணடமாசறு சிவமு மென்றுணர்வாய் (9)

முன்பதமான தொம்பதப்
பசுவே மூடிருளீங்கிச் சுத்தமதாய்ப்
பின்பதமான தற்பத வருளிற் பிறங்குத்
தான்மியமடைந்தே
சின்பதமான வசிபத சிவத்தைச்
சேர்ந்தற் கங்கமாய் நின்றான்
மன் பரமுத்தி முடிந்தது வாகு
மற்றவை தன்னிற்சிற் குறையே (10)

கங்கையுமிடைச் சேரியுமொன்றுக் கொன்று கைவிடாதது
விட்டதொக்கும
இங்ஙனங்குத் தமுமொரு வனுமற்றிடை விடாதது
விடாதொக்கும்
எஞ்ஞனமவனுமிவனு மற்றிடை விட்டிடை
விடாதிருத்தலுங்கூடும்
துங்கவவ்வசிக்குப்
போந்திடுமருத்தந் தோன்றிடா மறைநெறி யோர்க்கே (11)

சிவனது பாதி யீசனது பாதி தீர்ந்து சித்தி
ரண்டதும் ஒன்றே
ஆவது விட்டுவிடா தலக்கணையென்றறைந்திடி
லுபாதி யோரிரண்டும்
மேவலை நீங்கல் விட்டலக் கணையாம்
விளங் ஞ்சித்திரண்டதும் ஒன்றே
ஆவது விடாதலைக்ககணையாங்
குமவைக்கு மேலிலக்கணை யின்றாம் (12)

விட்டலைக்கணையும் விடாதலைக்கணையும்
விட்டு விடாதலைக்கணையும் திட்டமதுறவே தேர்ந்திடிற்
பந்தத் தீர்ந்திடல் விட்டலக்கணையாம்
இட்ட நல்ல திட்டமான மது தானாயிருத்தலே
விடாதலக்கணையாம்
எட்டறு சிவத்துக்கங்கமாயி ருத்தல்
விட்டுவிடாத வக்கணையே. (13)

தத்துவமசி யென்றுரைக்கு
முப்பத்திற்கு வன்ன நான் கதாமவையும்
ஒத்துறு தொந்தற்பதமவை
தன்னிலொன்றொன்றா மசியினிலிரண்டாம்
தொத்தலகன்று சுத்தமாய்
யிருத்தறெல்ல திட்டாளந் தாளாதல்
ஒத்துறுமவையிலொன்றொன்றே
யிசியிலோசி ரண்டங்கமுஞ்சிவமே (14)

சுத்தமா நின்றாலிச்சை
சுத்தியதாந் தொல்லதிட்டானமாய் நின்றால்
சித்தமா ஞானஞ் சுத்தியாதகுஞ்
சிவத்தினுக்குங்ககமாய் நின்றால்
மத்தமாங்கிரியை சுத்தியதாகும்
வகுத்தவிம் மூன்று மற்றொழங்கில்
சித்தமாய்ச் சுத்தியிலாவிடின்
மீட்டுந் தேகமொன்றெடுக்குமென்றுணர்வாய் (15)

தொம்பதம் விளங்கின் மேல்வினை
மறைத்த தொல்லிருளகன்றுபோ யொளிக்கும்.
தம்பதமான தற்பதம் விளங்கிற்
சஞ்சிதமாயை போயொளிக்கும்
அம்பதமான வசிபதம் விளங்கிலரும்
பிராரத்தம் போயொளிக்கும்
செம்பரவருளே வடிவதயான் மா
சிவத்தினுக்கங்கமாய் நிகழும் (16)

அடுத்த மற்றிரண்டு சனனத்தில்
வீட்டை அடைந்திடுந்தொம்பத நெறியோர்
அடுத்த மற்றொரு நற் சனனத்தில்
வீட்டை அடைத்திடுந்தற்பத நெறியோர்
அடுத்த விச்சனனத்தில் டைந்திடும் வீடசிபத
நெறியுளோரிவரும்.
அடுத்த விவ்வுடவோடடைந்திதா விடின் மேவாக்கை
யொன்றெடுக்குமென்றுணர்வாய் (17)

ஒடுங்கிடுங்காலந் தோன்றின வடைவி
னொடுங்கிமென்றுரைப்பதனால்
ஒடுங்கிடுங்காலஞ் சத்தியவாதிக்
கொடுங்கு மிவ்வுடல்தன் மாத்திரையின்,
ஒடுங்கிடுங்காலஞ்
சத்திய வாதிக் கொடுங்குமிவ்வுடல் சத்தியமாய்
ஒடுங்கிடுங்காலமுடலிங்கே வீழ்ந்தா
லொடுங்கினதில்லையென்றுணர்வாய் (18)

மேலொரு வடிவை எடுத்ததே யாகின்
மேவுமிவ்வுடலிங்கே வீழும்
மேலொரு வடிவை யெடுத்தின்றாகின்
மேவுமிங் வுடலிங்கே வீழா
மேலொரு சிவத்தைச் சீவன்
சென்றடையு மேவுமிவ்வுடலிங்குத்தானே
மேலொரு சிவத்தின் வடிவதாஉம ருளாய்
உலகு கண்டிடவே (19)

சூக்கும மதனின்று முன் வினையிற்
றூல தேகமு ளதாகும்
சூக்குமந் தனது காரணமடையிற்
தூலமுஞ் சூக்குமத் தடையும்
சூக்குமந் தனது காரணமடையத்
தூலமிங் கன்றதே யென்றால்
சூக்குமந் தனது காரணம் விடுத்துத்
தூலம் ஒன்றெடுத்ததென் றுணர்வாய் (20)

தூலவிவ் வுடலை விடுத்து நில்லாது
சூக்குமஞ் சூக்குமம் விடுத்துத்
தூல நில்ல தீதிரண்டையும்
விடுத்துத் தொல்லுயிர் நிலா உயிர்விடுத்துத்
தூல சூக்குமங்கணின்றிடாது யிரும்
சூக்குமமும் முடிவடைந்தால்
தூலமு முடிவை யடைந்திடா
சிந்தத் தொல்லுலகினில் விழந்திடுமோ (21)

வினையிலெடுத்தவிவ் உடன்மேலும்
வினையுளதெனில் இங்கே யகலும்
வினையிலதெனியிங்கிவ்
வுடறானே வினையறுமோ மயமாகி
வினையுள உடல் போற்றேற்றன்
மாத்திரமாய் விளங்கியே வெந்துறு புரிபோல்
வினையிலாப் பரமு முத்தியில் வெளியாய்
விமல நல்லருளதாய் விடுமே. (22)

சிவ சிற்றறிவுமிம் முத்திவறிவாய்
திகழ்ந்திடினுடன் மருள்வடிவுந்
தாவரு மோங்காரவவ் வடிவாகுந்
தக்க சீவன் முத்த வறிவும்
மேவரும் பரமுத்தவ் வறிவாகில்
விளங்குமோங்காரவவ் வடிவும்
ஒவலிலந்தவருள் வடிவாகி மொழுங்
கிதே யென்றுணர்திடுவாய் (23)

பிராரத்தமுடன் பாடென்றெந்த
நெறியும் பேசிடுமிந்நெறியதற்குப்
பிராரத்த முடை யோரருகரேயன்றாம்
பிராரத்தம் புசித்திடு வேர்கட்
சுருதிந்தமாயா தனுகிரணங்கள்
அதனினாற் சிவத்துவம் அதனை
உறாது மற்றவரைச் சீவன்
முத்தர்களென்று உரைத்திடப்
படுவதெப்படியோ (24)

அன்னை தன் முலைப்பாலருந்திடும்
பருவமகன்ற பாற் பருவம் வந்ததற்பின்
அன்னை தன் முலைப்பாலருந்த
வேண்டிடினும் அம் முலைவற்றியே யிடும்போல்
பின்னையின் போகம் புசித்திடும் 'பருவம் பெயர்ந்தப்பாற்
பருவம் வந்ததற்பின்

பின்னையின் போகம் புசிக்க வேண்டிடினும்
பிராரத்த நீங்கியே யிடுமால் (25)

இந்த நல்லொழுங்கின் முன்னிருபதமு
மெய்திவிவ் வசி பதத்தை யடைந்தால்
பந்தமில் சிவத்தை வடிவொடும் அடையும்
பகுத்தவை யொன்றி லொன்றா துங்கிச்
சந்ததந் தருக்கியசி பதத்
தருத்தந் தனைத் தத்தம்பதத்தினிலொடுக்கும்
அந்தகர் தமக்கு மற்றொருக்
காலுமசி பதமுத்தியே கிடையா (26)

முத்தியிற் சிவமுமுயிரண்டாகின்
முத்தி சாயுச்சிய மின்றாம்
முத்தியிற் சிவமும் உயிரும் ஒன்றாகின்
முத்தியயே பெற்றவனின்றாம்
முத்தியிற் சிவத்துக்கு உயிரங்கமாகின்
மொழியுமற்றவை
உண்டாமதனான்
முத்தியிற் சிவமும் உயிரும்
சையோக மொழியுந்தான் மியங்குறையே (27)

சச்சிதானந்த தற்பர சிவமே
தனதுதன் நிலையிலே நிற்க,
அச்சிதானந்த லீலையினாலே
யனேகமாய் சரா சராமாகிச்
சச்சிதானந்தமே யுடல்பொறி
கட்கு கரணங்களாய்க் கொண்டே
அச்சிதானந்த லீலையிநடித்தும்
அடைந்திடும் பண்டைய படியே (28)

ஏகமாயசை யாத்தற்பரலிங்கமிலீலையிற்
சரமனேகமதாய்
மோகமாம் இருளாய் அவ்விருளதனின்
மூடமாய் சிறிது நாளிருந்து ...

சோகமா ழிந்த மருளதாயதனிற்
றுவக்குண்டு சிறிது நாணடித்தும்
பாகமா மோவாயதிற் சின்னாணடித்தும்
பண்டுபோனின்றிடு மன்றே (29)

சலமதுதானே திரண்டுப்பாகச்
சலம்வந்துட் புகவந்த சலமாய்
நிலமதின் விளங்கும் அஃதினைப் போல
நிமலமா மருவ ருடானே
குலவு லீலையினாற் றிரண்டுருவாகிக்
கூறின்றிக் கூறதாய் நடித்தும்
இலகன் மாத்திரமாய் நடித்து
முன்போலும் இருந்திடும்
பண்டைய படியே (30)

சரமந்த விருளிருந் திடுங்காலைத்
தனுமுத னான்குவவ் விருளாம்
சரமந்த மருளினடித் திடுங்காலைத்
தனுமுத னான்குமம் மருளாம்
சரமந்தவோ வினடித்திடுங் காலைத்
தனுமுத னான்கும்அவ் வருளாம் (31)

இருள் வடிவதுவு மருள் வடிவதனி
லெய்தியே மறைந்திடுமந்த
மருள்வடி வதுவுமோ வடிவதனின்
அருள் வடிவதனின் மறைந்திடுமந்தி
வருள்வடிவதுவுமச் சிவத்தில்
தெருள் வடிவான சத்தியாய்
முன்போற் நிகழு மென்ற
அசியுரைத் திடுமே (32)

அருளுறுவடிவே முன்னியல்பான் மாவாணவ
விருளுறு மன்றே
இருளுறு கழுத்தி விழுங்கிடுமதனுக்
கிந்த மாயையின் சிருட்டியதாம்

மருளுறு கனவுவிழுங்கிடு மதற்குவந்தது
பிரணவ சிருட்டி
தெருளுறு மந்தப் பிரணவம்
விழுங்கத் திகழுமவ் வருட்சிருட்டியதே (33)

மருள்வடிவதனி னீங்குதலின்றி
மற்றுமொன் றறிவிலாக் குழந்தை
வெருவருங் குமாரர் தருணமுப்
பென்றே விளங்கதல் போலே வான்மாவும்
அருள் வடிதனனீங்குதலின்றி
மாணவ மாயையே வருளாய்ப்
பருவமற்றவை யிலந்தந்த வடிவாய்ப்
பண்டுபோன் முடிவினின் றிடுமே (34)

இருளின்னிற் பகுப்பின்றிய சடமயமாமிம்
மருளுதயமதாகின்
உருவதாம் பஞ்ச பூதமே
மயமாமோ வொளிஉதய மதாகின்
உருவரு பஞ்சாக்கர மதேமயமா
மோங் கருளுதய மதாகின்
அருவதாம் பஞ்ச சத்தியே
மயமாமாருயிர் வடிவமென்றுணர்வாய் (35)

வடிவதிவ் வரளதாய் நிற்குங் காலை
மன்னுயிர் பசுவதாய் நிற்கும்
வடிவதிம் மாயையாய் நிற்குங்காலை
மன்னுயிர் சீவனாய் நிற்கும்
வடிவதிவ் வோவதாய் நிற்குங்காலை
மன்னுயிர் சீவன் முத்தனுமாம்
வடிவத்தில் வருளதாய் நிற்குங் காலை
மன்னுயிர் பரம முத்தனுமாம் (36)

இருளுறு பசுவதாய் நிற்குங் காலை
யிருளது வாகியே நிகழும்
மருளது சீவனாய் நிற்குங் காலை
மருளது வாகியே நிகழும்

தெருளுறு மோவின் முத்தனாங் காலைத்
தெருள் பிரணவமதாய் நிகழும்
அருளுறு பரம முத்தனாங்காலை
யருளதாய் நிகழுமிவ் வருளே (37)

இருளத் துவாகி நிகழ்ந்திடுங்காலை
யிரும் பதியாகியே நிகழும்
மரளதுவாகி நிகழ்ந்திடுங்காலை
மகபரமாகியே நிகழும்
தெருள் பிரணவமாய் நிகழ்ந்திடும் காலைச்
சிவலிங்கமாகியே நிகழும்
அருளது வாகி நிகழ்ந்திடுங்காலை
அச் சிவமாகுமச் சிவமே (38)

அரிய வவ்வருளே மூன்றியல் பதுவு
மைந்து நற் குறியு மாய் நிகழும்
இரியுதலில் லாச்சத்தையாய்ச்
சித்தாய் இன்பமாய் நிற்குதல் இயல்பாம்
மிரியையு ஞானமுமி யல்பா
கிச்சையது வுங்கிளர்த்தி ரோதை
யும்பரையதுவும், உரியது குறியாம்
விரியிலை யைந்தா லொடுங்கிடி
லொன்றதாய் நிற்கும் (39)

பிரணவ மதுவி மூன்றியல்பதுவும்
பிறங்குமைங் குறியுமாய் நிகழும்
திரமுறு வவ்வு மிவ்வு மவ்வதுமாய்த்
திருந்தவே நிற்குதல் இயல்பாம்
உரமுர நவ்வு மவ்வும்ச சிய்யு
மோங்கிய வவ்வும் யவ்வதுவும்
விரவுறு குறியாம் விரியிலையைந்தாய்
மேவிடிலென்ற தாய் நிற்கும் (40)

மருளுறு மாயையதுவு மூன்றியல்பும்
வருக்கு மைங் குறியுமாய் நிகழும்

உருவுறு தமசரச சுகத்துவமா
யொன்றியே நிற்குதலியல்பாம்
பிருதிவியுஞ் சலமு மனலதுவும்
பெருகிய வாயுவும் வானும்
வருகுறியாகும் விரியிலை யைந்தாய்
வந்தொடுங்கிடி லொன்றாய் நிற்கும் (41)

ஐந்து நற்குறியும் மூன்றியல் பதுவு
மாகிய வருளதே யருவாம்
ஐந்து நற்குறியு மூன்றியல் பதுவு
மாகிய வோவரு வுருவாம்
ஐந்து நற்குறியு மூன்றியல்
பதுவுமாகிய மாயையே யுருவாம்
ஐந்து நற்குறியு மூன்றியல் பதுவு
மாகிய விளையிலுணுளவாம் (42)

உருவமா முணவே யெதிரதா முபயமுளத்தினிருசிமாத்
திரமாம்
அருவமா முணவேதிவாலருவமே மயமாமச்
சிவாங்கிசன் வடிவதுவே
உருவமா மூணவாற் சீவனமுபய
உணவினாற் சீவன் முத்தனுமாம்
அருவமா முணவாற் பரம முத்தனு
மாமச்சி வாங்கிசனுயிரதுவே (43)

உருவமா முணவாலுருவமாமுடிய
வணவினலுபயமே மயமாம்
அருவமா முணவர்லருவமே மயமாமச்
சிவாங் கசின் வடிவதுவே
உருவமா முணவாற் சீவனாமுபய
உணவினாற் சீவன் முத்தனுமாம்
அருவமா முணவாற் பரம முத்தனு
மாமச்சி வாங்கிசனுயிரதவே (44)

அன்னியதசையை யருந்துதன்
மனிதர்க் கடாது மற்றதை யருந்திடுவோர்
அன்னிய மிருகாதி களெனவறையல்
ஆகும் மற்றதிற் சிவாங்கிசரும்
அன்னிய மாயா உண வருந்திடுதல்
அடாது மற்றதை யருந்திடுவோர்
அன்னிய மாயா சகித சீவர்களென்
றறைந் திடலாகு மென்றுணர்வாய் (45)

அசுத்த விவ்வுணவே புசித்திடுமளவும்
அசுத்த வத்தனையது நீங்கி
அசுத்த வத்தையினை விழங்கிடுஞ்
சுத்தவவத்தை வந்தடை தலேயிலையாம்
அசுத்த விவ்வுணவைச் சுத்தமதாக
வகத்தினிற் பானை செய்தால்
அசுத்த விந் நினைவை நீங்கியந் நினைவை
யகத் தினிற் பொருந்தியே நிற்கும் (46)

திரிவித குணத்திற்றாமத மோகந்
திகழுமிராச தமிராகம்
உரிய சத்துவமே ஞானமதாகு
முலகிலிம் முக்குண வுணவே
விரியுமற்ற வையிவெவை புசித்ததுவோ
விளங்கிடுமக் குணமல்லால்
அரியசுத்த வத்தை யடைவதேயிலை
யவ் வவத்தை வந்துறும் வகை கேட்பாய் (47)

அன்னை தன் வயிற்றில் புசித்தவக்குணமா
யாக்கையும் பொறியுமம் மன்மும்
மன்னியும் பினுமப்புசிப்பு மேன் மிகவும்
வாஞ்சையுற் றருந்தியே யுழலும்
உன்னலும் பொறியுமுடலு மிம்மூன்று
மொத்திடுமெனத் தெளிந்துணர்ந்து
தன்னதுள்ளவையிலுருருசி திருத்திதனில்
வயிராகமே யாகும் (48)

உலகினில் விடயவிச்சையையுடையோ
னுண வதற்கேற்கவே கூட்டி
இலகிடப் புசித்தான் முயற்சி மேன்
மேலு மேறிய வளர்ந்திடுமதுபோல்
குலவிடும் வீட்டிவிச்சையே யுடையோன்
கொண்டதற் கேற்கவே யுணவை
இலகிடப் புசித்தான் முயற்சி மேன்
மேலுமேறிய வளர்ந்திடுமன்றே (49)

தமக்குணப் புசிப்பே மயக்கத்தை
யளிக்குந் தருமிராசதகுணப்புசிப்பே
மமதையை யளிக்குஞ் சத்துவப்
புசிப்பே மயக்க மமதையுமகற்றி
அமல நல்லுணர்வே யளித்திடுமதனா
லவை யிரண்டினு நசை யகற்றி
நிமல சத்துவமே வருத்தனையாக
நின்று சத்துவப் புசிப்பருந்தும் (50)

அடிசின் முன்னுரைக்கு மறுசுவையவையை
யருந்திடு காலையினோக்கிக்
கடின முறைப்பு மிராசத,மவையிற்
கழிந்திடும் புராதன மூசன்
மடிவுறு தமசென்றிருமையுமகற்றி
மாலை காலைப் பொழு தகற்றி
கடின உச்சியிற் சத்துவ குணப்
புசிப்பே கைக் கொண்டு தினமருந்திடுமால் (51)

இடம் பொருளேவல் மூன்றையு
முடையோர்க்கித் தகை யுணவுறுமருந்த
இடம் பொருளே வன் மூன்றையுமகன்
றோர்க்கித் தகை வுணவிறாதனால்
திடம் பெற வூரினுச்சியிலேகித் திருவருள்
புசிப்பித்ததென்றே
விடம் பெறினுங்கைப் பெற்றதை யருந்தில் (52)
விமலமாய் நின்றிடுஞ் சித்தம்

தந்திர கிரியை நெறிதனிலீசன்றந்திடப்
புசிக்கும் பின் மறை சொல்
அந்த நல் லுபாசனா நெறியதனி
லனைத்து நாமெனக் கண்டு புசிக்கும்
இந்த வவ்வுணவின் மாறுபாடின்றி
யிருமையு முடிந்ததே யாகின்
தொத்தமில் சிவமே சடுமகமாகித்
தொக்கிருந்தருந்தன் மேனினைவாம். (53)

இருவகை நெறியும் வரவுபோக்குடைத்தா
யியங்ககிடுமிது வன்றி மாயை,
ஒரு முதலென்று மித்தைய
தென்று முரைத்திடு நிட்டையும்விகற்ப
நிரு வகற்பமுமாய் நிகழ்ந்திடுஞ்சகச
நிட்டையெக் காலையுமின்றென்
றொருவி மற்றவையைச் சகச நிட்டை
யரையுலகெங்குந் தேடியே யிடுமால் (54)

முன்புறு நிட்டை சவகற்பமாகி முத்தியின்
மூன்று நின்றிலகும்
பின்புறு நிட்டை நிருவி கற்பதமாய்ப்
பிரம மற்றொன்று நின்றிலகும்.
வண்புறந் நிட்டை யிருமையுமுறினும்
வரவு போக்குடையதாய் நிகழும்.
இன்புறிந் நிட்டை சகசமதாகி
யிலங்கி நின்றிடு நின்ற படியே, (55)

சவிகற்ப நிருவிகற்ப நிட்டையதுஞ்
சத்துவ குணத்தில் வந்ததுவாம்
இவி கற்ப நீங்கி வருடமாயிர மங்கிருந்திருடினும்
பினும் விழிக்கும்
செவிதினலடையுஞ் சகச நிட்டையதே
திருவருடன்னில் வத்ததுவாம்.
தவிருதல் கூடலின்றியே யங்குத்
தங்கி நின்றிடு நின்ற படியே: (56)

சகச நன்னிட்டையியல் புதம் முயற்சி
சற்றொன்று மின்றியே யருளால்,
சகமதும் போக மதுவுற் தம்முடலுந்
தருகரணமும் அவையெவையாய்
அகமதிலுதித்தது மறையாமலகன்றது பின்னுதியாமல்
அகமுறை காய வருத்தமேயன்றி
யமர்ந்து நின்றிடு நின்றபடியே (57)

அருளண்ட மாகிலுயில் பிண்டமாகு
மண்டமுந் தோற்றன் மாத்திரமாய்,
அருள் நின்ற தாகிற் பிண்டமு
மதுபோலாகிய நின்றிடு மண்டம்,
அருள் வடிவாகிற் பிண்டமு முயிரா யருளிற்றா
தான் மியமடையும்
அருளந்தச் சிவத்துக் கங்கமதாகி
யமர்ந்து நின்றிடு நின்றபடியே (58)

இருளினிலிருந்தும் பருவம் வந்ததற்பினி
யற்றிடு முயற்சி யொன்றின்றி,
மருளினிலடைந்து மருள் வடிவாகி
வயங்கிடுஞ் சகசமே போல,
மருளினிலிருந்தும் பருவம், வந்தற்பின்
வருந்திடு முயற்சியொன்றின்றி
அருளினிலடைந்திங்கருள் வடிவாகி
யமர்ந்து நின்றிடு நின்றபடியே (59)

மருள் வடிவதற்கு மஃதை நானென்ற
மன்னுஞ்சீவனுக்கு மாதரவாய்,
மருள் வடிவமும் புசித்திடு மதுவே
வயங்கிடு மற்றதை யொருவி
அருள் வடிவமுத மூறிட வருந்தி யஃது
மிச் சீவனும் கரைந்தே
அருள் வடிவதுவும் சிவாங்குசனும்
மாயமர்ந்து நன்றிடு நின்றபடியே (60)

சாக்கிரமதனினிற்குந் தத்துவத்திற்.
சாற்றுங் கேவரத் தினிற்சிறிது
நீக்கி மற்றதற்கு நிற்குந்
தத்துவத்தை நிறுத்ததுல் போலநின் மலமாம்,
சாக்கிர மதனினீக்குதலினறித்
தத்துவமனைத்துஞ்சுத்தத்தில்
ஆக்கியே நிறுத்துந் திருவருள
தனாலடைந்து நின்றிடு நின்றபடியே (61)

மருள்வடிவாகியிருந்திடு மிடமு மருளதாய்ப்
புசிப்பது மருளதாய்,
அருளிதின் மறைந்து நிற்கு
மென்பதுவு மன்றியே நின்றமுன் போல
அருள் வடிவாகி யிருந்திடு மிடமு
மருளதாய் புசிப்பது மருளாய்,
மருளிதின் மறைந்து நிற்குமென்பதுவு
மாற்றி நின்றிடு நின்றபடியே (62)

சகசநிட்டையது லபித்திடுங்காலை
தம் முயற்சியதொன்றுமின்றிச்
சகசமாகித் தன்னுள மதனிற்றானின்
நிங்கிடைவிடாதூறும்
சுகவருளமுத மதனையே யருந்தித்
தொல்வடிவது மெல்லக் கரைந்து
சுகவருள் வடிவாய் சுட்டெலா
மருளாய்த் தோன்றி நின்றிடு நின்றபடியே (63)

அருளொளிஞான மது தனிலுதிக்குலகிலம
அருளொளியிச்சையது தனிலுதிக்கி
லசைவற நின்றிடுஞ்சித்தம்
மவ்வருளதாய்த் தோன்றும்,
அருளொளி கிரியை ய்துதனிலுதிக்கி
லகத் தினின்றருளமு தூறும்
அருளொளியமுத மருந்தியவ் வடிவா
யமர்ந்து நின்றிடு நின்ற படியே (64)

இருளுறு மவத்தை யடைந்தெங்கு
மிருளாயிருந்து பின் விழித்திடல் போலும்,
அருளுறு மவத்தை யடைந்தெங்கும்
அருளாயமர்ந்து பின் விழித்திடுமென்னில்
இருளுறுமவத்தை தமசினாலடைந்தே
யீராசதத்தாற் பினும் விழிக்கும்
இறுளுறு மவத்தை சத்துவத்
தடைந்தேயந்த ராசதத்திற் பின் விழிக்கும் (65)

மாயை யிலடைந்த பின்பிரு
ளவத்தை வந்தடையாது பின்படைதன்,
மாயை யின்ற மசாலாதலாற்
போக்கும் வரவுமாய் நிகழ்ந்திடுமதன் மேல்,
ஆயவவ் வருளை அடைந்த பின்
மாயை யடைவதேயிலை பினுமடைந்தால்
ஆயவவ் வருளை யடைந்ததே
யின்றாமடைந்தது மாயை சத்துவத்தால் (66)

இருளினலடைந்து தானுமவ்
விருளாயிருந்தங்கு நின்ற தாயிடினும்
அருளினிலடைந்து தானுமவ் வருளா
யமர்ந்தங்கு நின்றதாயிடினும்
மருளினிலடைந்த வடிவ நில்லாது
வடிவதிங்ககிருத்தலேதென்னில்
இருளருவத்தை தனிற்குணபோத
மிலங்கி யங்கிருத்தலினன்றே (67)

சத்துவ குணமே வருத்தனையாகித்
தங்கியே யுளத்தினு ணின்றால்
ஒத்துறு நிட்டை கூடிடுமிலதே
லொரு வியிச்சகல கேவலத்தைத்
தொத்துறு மன்றிக் குணமுமாயை
யினின்றோன்றின தாதலாலிந்த,
ஒத்துறு நிட்டையுண்மையே
யன்றா முபாசக நிட்டையென்றுணர்வாய் (68)

ஆதலிற் சகல கேவல சுத்த
மடைந்திடலி ங்குமாயையதாம்
வாதனையொழிந் துங்குணமிருத்தலினிவ்
வடிவகன்றிற் பினும்சுத்த
சாதமுற்றிடுதல ன்றியே வீட்டைத்
தானடைந்திடு தலேயின்றாம்,
ஏதமில ருளிலுண்மை நிட்டையினை
யெய்தினோர் சீவன் முத்தர்களே (69)

சீவனிம் மாயைதனின் முத்த
னருளிற் சீவன் முத்தன் னடுவோவின்
மேவலிற் சிவன்றனக்கந்த
வருளு மெய்ம்முத்தன்
றனக்கு மாயையுமில்
சீவன் முத்தனுக்கே ரியின்
கரை மீதிற்றிகழ்ந்திடு
வோனைப் போற்றோன்றும்
ஆவது நாகங் கண்கரிதுதிக்கை
யறிதல் போற் காகங் கண்மணிபோல் (70)

அந்தர வடிவ சீவன்
முத்தர்க ளிவ்வடிசிலைப்
புசித்ததே யின்றாம்
இந்த லிவ்வுலகிது
புசித்திடுகென்றிந்
நெறியோர்கணின்றிறைஞ்சிடத்
தந்திடிலுணவுமளவின்றிப்
புசிக்கும் சமித்தது மலமதுமாகா
மந்திரமதனை வடிவதாக் கொண்ட
மகிமையிலென்றுணர்ந்திடுவாய் (71)

எங்கெங்கு நோக்கின் மருண்மயமாகி
இருந்திடும் பந்த்மாந் திசையில்
தங்குந் தன் வடிவ மருண்மயமாகி
தயங்கியே நின்றது குறிபோல்

எங்கெங்கு நோக்கிலருண்மயமாகி
யிருந்திடு முத்தியாந் திசையில்
தங்குந் தன் வடிவ மருண் மயமாகித்
தயங்கியே நிற்குதல் குறியே (72)

அருள் வடிவதுவே பார்வையிற்
றொக்கிலகப்படாதென்று நின்றிலகும்
மருள் வடிவதுவே பார்வையிற்றொக்கில்
வந்தகப்பட்டு நின்றிலகும்,
அருண் மருண்டுவா மோவடிவதுவே
யகப்படும் பார்வை யொன்றுக்கே
மருள் வடிவுலகு மோவடி வோர்க்கு
வாய்த்திடும் பார்வையொன்றுக்கே (73)

பழதையிற் கிளிஞ்சில் கட்டையினின்றும்
பாம்பும் வெள்ளியுங் கள்வனும் போல்,
எழுதருமாரோமித மதிட்டான மிலங்
கிடிலிலாது போலும்,
முழுதுணர் சிவம் வந்து தித்தவிச்
சீவன் முத்தருக்குலக மின்றுதித்தல்
கழுதிரதம்போற் காட்சி மாத்திர
மாய்க்கவும் விவகாரமே யின்றாம் (74)

கனவது போல் விவகார முண்டெனிற்
கனவது நீங்கியே விழித்தால்
கனவி தென்றுணரு மாங்கவர் தமக்கக்
கனவு வந்துதவு தலுண்டோ
கனவு முன் கண்ட நினைவுமாத்திர மாய்க்
காணுறு மகத்தது போலக்
கனவிந்த வுலகுஞ் சீவன்
முத்தருக்குக் காணன்
மாத்திரமதாய் நிகழும் (75)

சொற்பன மதனிற் கனவி
தென்றிடுமோர் சொற்பன சாக்கிர நடுவே,

நிற்பன போலுமருண் மருணடுவே
   நின்றிடும் பிரணவ வடிவம்
சிற்பர சீவன் முத்தனவ் வடிவாய்ச்
   செகமிதுஞ் சிவமதுந் தோன்ற,
நிற்பன தனக்கு நிழலின்றி நிழத
   போனிலத்தடி யின்றியே நிகழும் (76)

வெந்துறு படமும் வருத்திடும் வித்தும்
   விளங்கிடுங் கானவிற் சலமும்,
இந்திர தனுவுங் கனவிருந்தகன்ற
   விடமது மிங்கு முன்னிருந்த,
முந்துறு கடமும் கடமதையெடுத்து
   முடிந்திபின் திகிரியிற் சுற்றும்,
சுந்துரு நகரும் போன் முத்தர்
   வடிவுங் காட்கி மாத்திரமதாய் நகிழும் (77)

மண்ணினின் றடுக்கச் சலத்தினினளைக்க
   வருங்கனவிற் சுடவளியால்,
நண்ணி நின்றசைக்க வெளியிடம்
   விடவே நணுகிடா தென்று நின்றிலகும்,
புண்ணிய சீவன் முத்தர் தம்வடிவம்,
   பொற்புறவ் வடிவு கண்டளவே
விண்ணின் மண்ணினிற் பாதலத்தினி
   னுள்ளோர் வியப்பொடு மெழுந்திறைஞ்சிடுவார் (78)

மூன்று நறசுடரினினளை
   யொப்பவராய் மூன்றுகாலமு முணர்ந்தவராய்
மூன்றுலகத்து முவமை
   யில்லவராய் மூன்றுலகு மறிந்தவராய்
மூன்று நற்காண்டமுந் தெரிந்தவராய்
   மூன்று சிற்பதமு முற்றவராய்
மூன்று முன் மலமு மொருங்கறுப்பவராய்
   மூன்று தாபமுமகன் றவராய் (79)

அகவிருண் மாயைக்கருமமும் மூன்று
   மகற்றியே சுத்தங்கமாகித்
தகநிறுத் திடுதல் கையதாமப்பாற்
   றன் னுயிராகியே நிகழும்
சுகசிவ வுதயமாக்கு தரீயாஞ்
   சொற்றிடு தீக்கை யினருத்தம்
செகமிதி லவையீற்பாவனை கடந்து
   செய்தங்கு நிறுத்த வல்லவராய் (80)

பிரணவ வமுதே புசித்தனுதினமும்
   பிரணவ மயமதே யாகி
மரணமதுறு மிம்மனிதரைப் போல
   வடிவமாத் திரமதே தோன்றிப்
புரண நல்லொளிக்கு மாயைக்கு நடுவே
   புகுந்திருந் திலங்கு நற்குருவைச்
சரணென வடைந்திங் கவனருளாலே
   தரிக்கப் பெற்றங் சுத்திலிங்கம் (81)

தேகமும் பொறியுங்கரணமு முயிருந்திரிவுறு
   மாயையின் மயத்தை,
ஏகநின்ற சுத்திக் தீக்கையிலாசா
   னிவைக்கத் திட்டான மந்திரமே,
ஆக நின்றமைத் தவகைகுரு வருளா
   லறிந்ததிற் பாவனை திடமாய்,
ஊகமதுடனே முன்னினை வகற்றி
   யுளத்தினிற் சகசமே பிறந்து (82)

இக்குலந் தனக்கிச் சமயமதென்றிங்
   கியம்புதலிலை யதனாலே
இக்குலந்தனை விட்டெச் சமயத்து
   மெய்துதனியா யதமதாகும்
இக்குவ லயத்திலெச் சமயத்து
   மிலங்கிடு ஞான முண்டதனால்,
இக்குவலயத் திலெச்ச மயத்து
   மியற்கையை விட்டிட லாகா. (83)

அன்னிய சத்தங் கவருதலகற்றி
யன்னிய ரசனையுமகற்றி
அன்னிய ரூப நோக்குதலகற்றி
யன்னிய பரிசமுமகற்றி
அன்னிய சத்தங் கேட்குதலகற்றி1
யன்னிய நினைவது மகற்றி
அன்னியருடனே யிணங்குதலகற்றி
யன்னிய ருறைவிடமகற்றி (84)

அன்னியர் கையில் வாங்குதலகற்றி
யன்னியர்க் கீகுதலகற்றி
அன்னிய கடவுள் வணங்குதலகற்றி
யன்னிய கிரியை யுமகற்றி
அன்னிய நூலை யோதுத லகற்றி
யன்னியக் கேள்வியுமகற்றி
அன்னிய பாகமருத்துதலகற்றி
யன்னிய வகையறத் துடங்கி (85)

சமயநற் கிரியை யனைத்தையும்விடினுந்
தனக்கந்தப் பிரணவ வமுதம்
அமைய நின்றூறி யதனையே
யருந்தி யவ்வடிவாயிடுமளவும்,
சமயிகள் பாகமதனையே
கொண்டு தற்பர நிவேத்தியம் புரியும்
அமைதியை விட்டேன் மேற்கொளாதென்ப
தறிந்ததை நியமமாய்க் கொள்ளும் (86)

புரிசடையோனுக் கற்பித்துக் கொளினும்
பொருந்திய பொருளதே வேண்டும்
திரிவின்றி யொன்றாய்ப் பாவித்துக்
கொளினுஞ் செல்லல் போலொழுங்கதே வேண்டும்
அறிய நல்லறத்தை வேண்டிடிற்
பொருளுமறமதா யீட்டவேண்டிடும் போல்
உரிய தற்சமயத் தொழுங்கினிற்
புசித் தாலுளத் தழுச்சின்றியே வதியும் (87)

ஞான சங்கமத்துக் கிந் நெறியதனி
னவிற்றிடுஞ் சாதியுஞ் சமயத்,
தீனமிலா சாரமும் விசாரித்த
லியற்கையே யன்றெவரேனும்,
ஊனமிலங்கந் தனிலங்க மொன்றே
யுள பிரமாணமாய் கொண்டங்
கான நற்பயிக்கமவர் மனைதோறு
மங்கை யேற்ற ருந்திட - லாமல் (88)

சடுத்தலமதினு மிலிங்கமே யாகித்
தானென்னல் விடுத்தருந்தியபின்
கொடுத் தவன்றானுங் கொடுத்திடு
பொருளுங் கொள்ளு வோன்றாறு மொன்றாக
அடுத்த விம் மாயாவடி வைதநோக்கி
யகற்றி யவ்வோ மயமாக,
விடுத்தனு தினமும் புகித்திடி
னைத்தும் விமலவோ மயமதாய் விடுமே (89)

இன்னதன் மையவாஞ் சுத்த பாவனையி
லிரும் பிராரத்தம் போ யொளித்துத்
தன்னது னின்றிங் கிடை விடா தூறுந்
தக்கதோர் பிரணவ வமுதம்.
அன்னதை யருந்தி முன் வடிவதுமங்ஙன மோமயமாகி
இந் நிலதனிற் றோற்றன் மாத்திரமா
யியங்குதல் சீவன் முத்தியதே. (90)

அறிவிலாக் குழந்தைப் பருவத்தின்
முலைப்பாலருந்திடுங் குமாரங்காளையினில்
அறிவிலாக் குழந்தை யருந்துதல் கண்டு
மதின சை சகச மாயிலதன்
அறிவிலாக் சீவத்துவப் பருவத்தினருந்திடு
மாயை யிணணவை
அறிவிலா சீவ்ரருந்துதல் கண்டு
மதின சை சக சம மாயின்றாம். (91)

அனமதும் பாலுஞ் சருக்கரை கண்டு
மங்கனி வகை களுந் தேனும்,
இனமவை யொன்றாய்க் கூட்டிய ருசியி
னிதய நின்றிடை விடா தூறும்
கன பிரணவ வமுதத்தையே யருந்திக்
களிப்பவர் மீட்டு மிச் சகத்தின்,
பின முறு விடயவின்பை யெண்ணிடுமோ
பிராரத்தமும் இலையவர்க்கே (92)

உபய நல்லமுதே புசித்த னுதினமுமு பயமே வடிவதுவாகி
அபயமென்றுரைக்கு முயிர்களுக் கிரங்கி
யஞ்சலெ ன்றவர்களை நோக்கி
உபய வந் நெறியின் பயனை முன்னுணர்த்தி
யுப நிடச் சுருதி நின்றுரைக்கும்
அபய மென்றொன்று மிலாத விந் நெறியே
யனுக்கிரகம் புரிந்திடுமால் (93)

இந்நிலை சின்னாட் சீவர் கணி மித்தமிருந்து
அனுக்கிரகமே புரிந்தும்
தன்னிலையதனினின் றருள முதந்
தான்புசித் தருண் மயமாகி,
அந்நிலை பரம முத்திற்சிவத்துக்
கங்கமாய் நிகழு முன் போலென்
நிந் நிலை சாமத்தசிபத முரைக்கு மிது
சிவாத் துவித மென்றுணர் வாய். (94)

என்றெனை யாண்ட விருத்த வம்பிகையே
யிதயத்தும் விளக்கி வாக்குள்ளும்
நின்றுரைத் திந்த நெறி -சொலுமருத்த
நினக்கும் வாய்த்திடு மென்று வாழ்த்திச்
சென்றெனதுடலுங்க கரணமுஞ் செகமுஞ்
சேர்ந்திடும் போகமுந் தானாய்
நின்றனள் கண்டேனிதற்குக்
கைம்மா றென்ன்னிரு மலை வாழி நீடுழி

சுத்த சாதகம் முற்றிற்று

அருள்ஜோதி பதிப்பகத்தின்

மற்ற வெளியீடுகள்

சித்தர் கைகண்ட மருந்து	...	20 00
உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து	...	5 00
சித்தர் மருந்து செய்பெரு முறைகள்	...	20 00
நீடூழி வாழ வழி	...	5 00
வாத வைத்தியத்துக்காதி	...	15 00
சித்தர் மெய்ப்பொருள்	...	10 00
அமுத கலசம்	...	20 00
முப்பூகுரு	...	15 00
பதார்த்த குணபோதினி	...	15 00
பொன்மொழிகள் ஆயிரம்	...	15 00
அகத்தியர் அந்தரங்க தீஷாவிதி	...	20 00
அனுபவ சித்த வைத்திய முறைகள்	...	20 00
அகத்தியர் பன்னீராயிரம் தொகுப்பு	...	15 00
உயிர் நீட்டும் மூலிகைகள்	...	15 00
வள்ளலார் மறைவு சித்தியா? மரணமா?	...	45 00
சரீர தத்துவம் & சாகாக்கலை	...	25 00
கடவுளும் மோட்சமும்	...	20 00
புற்று நோயை குணப்படுத்தலாம்	...	40 00
The Art of Immortality	...	10 00
The Greatness of Siddha Medicine	...	15 00
Cancer is Curable—All 3 Parts	...	35 00

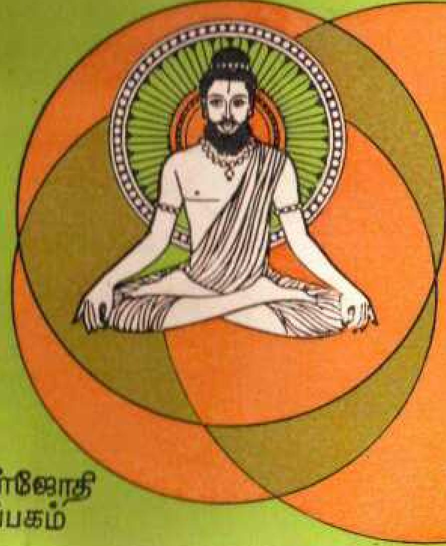


10, ஜட்ஜ் பங்களா, பாஞ்சாலி அம்மன் கோயில் தெரு
சஞ்சீவி நகர், அரும்பாக்கம், சென்னை-600 106.

Wrapper Printed at Eskay Art Printers, Madras-5
Phone : 844727

சரீர தத்துவம் & சாகாக்கலை

வைத்திய ரத்தினம் V.பலராமையா

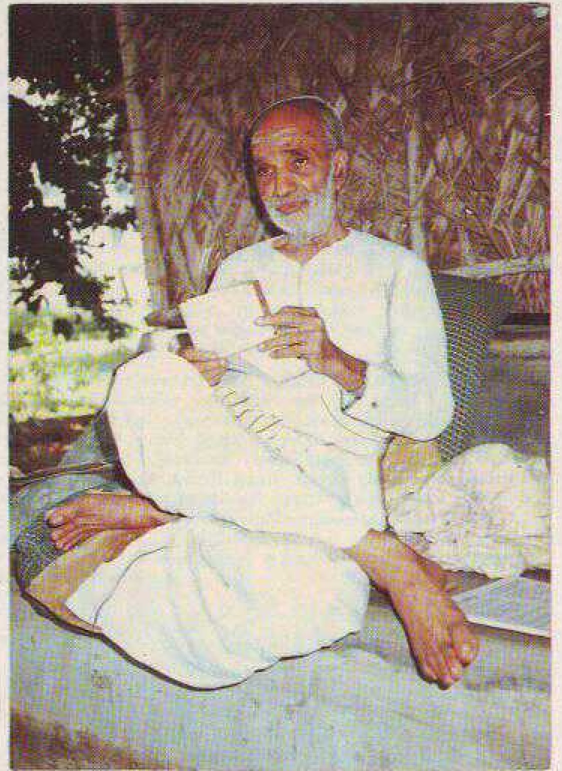


அருள்ஜோதி
பதிப்பகம்

முதற் பதிப்பு, அக்டோபர் 1976
இரண்டாம் பதிப்பு, மார்ச் 1994

விலை ரூ. 25/=

அச்சிட்டோர்
எஸ்.கே. ஆர்ட் பிரிண்டர்ஸ்,
24, சின்னப்ப ராவுத்தர் தெரு,
திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 5.
போன் - 844727



சரீர தத்துவம்

பொதுவான உலக சிருஷ்டி நியாயம் மனித பிறப்பிலும் காணலாம். சில விஷயங்களில் விசேஷமுண்டு, புருஷ சக்தியும் பிரக்ருதி சக்தியும் ஒன்றோடொன்று கலந்தே சிருஷ்டி, ஸ்திதி, லயத்தின் காரியங்கள் நடக்க வேண்டும். புருஷனின்றி ப்ரக்ருதிக்கு எக்கார்யமும் செய்யத் திறமையில்லை. புருஷனும் தனது எக்கார்யமும் பிரக்ருதி மூலமாகவே செய்தல் வேண்டும். ப்ரக்ருதியையும் புருஷனையும் பிரிக்கிறதற்கில்லை, பூமி, அப்பு, தேயு, வாயு ஆகாயமென்னும் பஞ்ச மகா பூதங்களும் ப்ராணம், அபானம், உதானம், சமானம், வியானம் என்னும் பஞ்ச வாயுக்களும், ரசம், ரத்தம், மாமிசம், எலும்பு, மஜ்ஜை, மேதஸ், சுக்லமென்னும் சப்ததாதுக்களும், இவைகளால் ஏற்பட்ட ஜீர்ணகோசம், ரத்தகோசம், சுவாஸகோஷம், மூத்திர கோசம், ஜனனேந்திரியங்கள், மாமிசம், நரம்பு, எலும்பு மண்டலங்களும், தோலும், மனம், புத்தி அகங்காரம் சித்தமென்னும் அந்தகரணமுமாகிய பலவித தத்துவங்களை மானிட சரீரத்தில் பார்க்கலாம். வெளியேயுள்ள பஞ்ச மகாபூதங்களின் உதவியைப் பெற்றுக் கொண்டு ஓர் தேங்காய் அல்லது கோழிமுட்டையிலிருக்கும் புருஷனுக்கு சிருஷ்டி யாக்கும் திறமையிருப்பதுபோல் மனிதனின் சுக்ல சோணித தாதுக்கள் ஒன்றோடொன்று கலந்தி அதிலடங்கிய புருஷ சக்தி பரிபூரணமான சரீரத்தை வளர்த்துக் கொள்ளும் சக்தியுடையதாயிருக்கிறது, கர்ப கோஷத்தில் சிசுவின் வளர்ச்சியின் விவரம் பிரசவவைத்தியத்தில் பார்க்கலாம்.

இவ்விடத்தில் வயது வந்த ஓர் யௌவனஸ்தனின் சரீர தத்துவத்தை விவரிப்போம், இந்த விவரத்தில், படிக்கிறவர்கள், நின்று கொண்டிருக்கும் சரீரத்தை

விவரிப்பதாக பாவிக்க வேண்டும். வலது, இடது என்று சொல்லுங்கால் அந்த சரீரத்தின் இடது பாகமே யொழிய விவரிக்கிறவர்களின் இடது வலது பாகமல்ல, மேற்புறமென்றால் பாதங்களினின்றும் மேற்பாகம். கீழ்புறம் சிரசினின்று கீழ் பாகம்: வெளிப்புறமென்றால், மூக்குநுனியிலிருந்து தொப்புள் வரையில் நேராக போகும் கோடுக்கு வெளிப்புறம் அல்லது அந்தந்த கோஷத்தின் வெளிப்பாகம். உட்புறமென்றால் இந்த கோடுக்கு அடுத்ததென்றும் அந்தந்த கோஷங்களின் உட்புறமென்றும் எண்ணவேண்டும். விவரிக்கப்படும் சரீரம் ஓர் புருஷன் சரீரமென்று கவனிக்க வேண்டும்.

பொது விவரம்

பல தேசங்களிலும் பல காலங்களிலும் பிறந்து வளர்ந்து வந்த சரீரங்கள் உயரத்திலும் கனத்திலும் உருவத்திலும் நிறத்திலும் வித்தியாசப்படுகின்றன. சர்வ சாதாரணமாக சரீரம் சுமார் ஐந்தரை அடி உயரமும் மார்பின் சுற்றளவு சுமார் மூன்று அடியாகவுமிருக்கும். இதற்கு விபரீதமாக சரீரம் உயரமாகவாவது குட்டையாகவாவது, ஸ்தூலமாகவாவது மெலிந்துமாவது இருப்பது சரீரத்தின் விபரீத நிலைமையாகையால் இது இயற்கைக் கொத்த சரீரமன்று. தலை, முகம், கழுத்து, முண்டம், இரு கைகள், இருகால்கள், இவைகள் சரியாக அமைந்திருக்கவேண்டும். அதிக குளிர் தேசத்தில் பிறந்து வளர்ந்தவர்கள் சிவந்த வெண்மை அல்லது வெண்மை நிறமுடையவராயும் அதிக உஷ்ண தேசத்தில் கருப்பு நிற முடையவராயும் சமசீதோஷ்ண பாகத்தில் இந்த இரண்டும் கலந்த நிறமுடையவராயிமிருக்கிறார்கள். ரோமமும் கண்ணின் நிறமும் அந்தந்த சரீரத்திற்கொத்தவாரிருக்கும். சரீர முழுவதிலும் மயிர் நன்றாய் வளர்ந்திருக்க வேண்டும். தலையின் மயிர் நெருங்கியும், நீண்டுமிருக்க வேண்டும். இதன் குறைவு நோயின் குறியாகும். சுமார் ஆறுமாதத்திய ஓர் ஆரோக்கியமுள்ள சிசுவின் சரீரத்தைப் போன்ற சரீரமிருக்கவேண்டும். முகத்திலும்

சரீர முழுவதிலும் ஒருவித தேஜஸ்ஸும் ஆனந்தத்தைக் காட்டும் புன்சிரிப்பும் இருக்கவேண்டும். தோலின்மேல் மேடு பள்ளங்கள் காணக்கூடாது. மிதமான கொழுப்போடு நிறைந்திருக்க வேண்டும். எந்த விகாரங்களுமிருக்கக் கூடாது.

எலும்பு, மாமிசம், நார், தோல் இவைகளால் இச் சரீரம் கட்டப்பட்டிருக்கிறது. மூளையும், அதற்கு சம்பந்தப்பட்ட நரம்புகளும், ரத்த கோஷமும், அதற்கு சம்பந்தப்பட்ட நாடிகளும், ஈரல்களும், மற்ற கருவிகளும் தங்கத் தனியே ஸ்தானங்களுண்டு. அவைகள் தமது தொழிலை ா செவ்வனே ; செய்வதற்காக பத்திரமாக அந்தந்த அரைகளில் அமைக்கப் பட்டுள்ளன.

எலும்பு மண்டலம்

சரீரத்திலுள்ள சப்த தாதுக்களில் எலும்பு கட்டியாயும் பலமாகவும் உள்ளது. இதுவே சரீரத்திற்கு அஸ்திவாரம். அந்தந்த பாகத்தை யனுசரித்து எலும்பு வேறுபடும். நீண்டும் குறுகியும் தட்டையாயும், வளைந்ததாகவுமிருக்கும். மாமிசங் களும் நார்களும் இவைகளை மூடியிருக்கும். இவைகளின் சகாயத்தினால் எலும்புகள் ஒன்றோடொன்று சேர்க்கப்பட்டு சரீரத்தின் உருவத்திற்கு ஏதுவாகிறது.

தலையும் முகமும்

8 தலையெலும்புகளும் 14 முக எலும்புகளுமாக 22 எலும்புகளால் தலையும் முகமும் நிர்மாணிக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த எலும்புகள் கட்டியாயும், தட்டையாயும், வளைந்து மிருக்கும். கீழ்தவடை எலும்பைவிட்டு மற்ற 21 எலும்புகளும் மாமிசம் அல்லது நாரின் சகாயமின்றி ஒன்றோடொன்று சேர்க்கப்பட்டுள்ளன. உள்ளிருக்கும் மூளை, நரம்புகள், தோல்கள், ரத்தநாடிகள், இவைகள் சுகமாக தங்கி தமது தொழிலை சரியாக செய்வதின் நிமித்தமாகவே அந்தந்த ஸ்தானங்களில் அந்தந்த அவயவங்களின் உருவத்திற்கு தகுந்தவாறு வளைக்கப்பட்டுள்ளன. தலைக்குள்ளே சுத்த ரத்த நாடிகள் பிரவேசிக்கவும், தலையிலிருந்து அசுத்த ரத்த நாடிகளும் நரம்புகளும் வெளியே வரவும் எலும்புக்குள் துவாரங்களுண்டு. முன்புறத்தில் இருகண்களும் இரு பக்கங்களில் காதுகளும் தங்கும்படி எலும்புகள் வளைந்துள்ளன. மூக்குக்கும் வாயிக்கும் தகுந்தவாறு மூக்கு எலும்புகளும் தவடை எலும்புகளும் அமைந்துள்ளன. இரண்டு மேல் தவடை எலும்புகள் மத்தியில் ஒன்றாக சேர்கின்றன. கீழ் தவடை எலும்பு ஒன்றே. அது மேல் தவடையோடு சேர்ந்து அசையும், வாய் திறக்கும் பொழுதும் மூடும் பொழுதும் மேல் தவடை அசையாது. கீழ் தவடை அசையும்.

பின்புறத்தில் தலை முள்ளந்தண்டின் மேற்புறத்தில் நிற்கிறது. இந்த எலும்பின் சகாயத்தினாலும், மார்பு, கழுத்து, முதுகு இந்த ஸ்தானங்களிலிருந்து தலைக்கு ஒட்டியிருக்கும் மாமிச கண்டங்களின் சகாயத்தினாலும் தலை முன்னும், பின்னும் பக்கங்களிலும் அசையும்.

பற்கள்

மேல் தவடை எலும்புகள் கீழ் ஓரத்திலும் கீழ் தவடையின் மேலோரத்திலும் பற்கள் தங்க குழிகளுண்டு. பற்கள் இரண்டு வகைப்படும். பிறந்த சுமார் ஆறு மாதங்களில் முளைக்கும் பால் பற்கள் 16 அல்லது 20. இவைகள் விழுந்த பிறகு முளைக்கும் பற்கள் மற்றொரு வகை. ஒவ்வொ ந தவடையின் ஒவ்வொரு பக்கத்தில் எட்டு பற்கள் முளைக்கும். கடைசி தவடைப்பல் 14-18 வயதில் பிறக்கும்.

கழுத்து

தலையின் பின்புறத்தில் கீழ்புறத்திலும் முள்ளந்தண்டின் மேற்புறத்திலும் மோதிரங்கள் போன்ற 8 எலும்புகள் ஒன்றின் மேலொன்றாக வரிசையாக நிற்கும். இவைகள் தசைகளினாலும் நார்களினாலும் ஒன்றுக்கொன்று கட்டப்பட்டிருக்கின்றன. இதன் மேற்புறத்தில் தலை எலும்பின் கீழ்பாகமும் கீழ்புறத்தில் மார்பு முள்ளந்தண்டின் மேற்பாகமும் இருக்கும். தலையினின்று புறப்படும் மூளையின் தொடர்பாகமான சஷும்னா என்னும் நரம்புக் கொடி இந்த எலும்புகளின் மத்தியில் பாய்ந்து இதன் கீழ்ப்புறத்திலிருக்கும் மார்பு முள்ளந்தண்டினுள் பிரவேசிக்கிறது. இந்த நரம்புக் கொடியின் கிளைகள் வெளியே போகவும் வெளிப்புறத்திலிருந்து ரத்தநாடிகள் உள்ளே பிரவேசிக்கவும் இந்த எலும்புகளில் இடமுண்டு. கழுத்தின் மேற்புறத்தில் இந்த முள்ளந்தண்டிற்கு முன்புறத்தில் ஓர் வளைந்த எலும்பு முண்டு. மாம்சகண்டங்களாலும் தோல்களாலும் நார்களாலும் இது தன்னைச் சுற்றியிருக்கும் சுரேந்திரியம் நாக்கு தொண்டை முதலியவைகளுக்கு சம்பந்தப்பட்டுள்ளது.

முண்டம்

கழுத்துக்கு கீழ்புறமுள்ளதும் இருகை கால்களும் இல்லாததும் முண்டமாகும். இதை மார்பு கூண்டாகவும் வயிற்றுக் கூண்டாகவும் பிரிக்கலாம். பின் புறத்தில் முண்டத்திற்கு முள்ளந்தண்டு ஆதரவாயிருக்கிறது.

மார்பு

முதுகின் நடுவில் கழுத்தின் முள்ளந்தண்டிற்கு கீழ் புறமாக மார்புக்குச் சம்பந்தப்பட்ட 12 பெருத்த என்புகளும் அதற்குக் கீழே வயிற்றுக்கு சம்பந்தப்பட்ட 14 என்புகளும் முண்டத்தின் முள்ளந்தண்டெலும்புகளாகும். இவைகளின் மூலமாக தலையினின்று கழுத்து முள்ளந்தண்டிற்கு வந்த பெருத்த நரம்புக்கொடி போக இடமுண்டு. நரம்பு கிளைகளும் ரத்தநாடிகளும் போகவர இந்த என்புகளில் துவாரங்களுண்டு. பலமான நார், தசை, தோல்களால் கீழ்புறம் இரு துடைகளுக்கும் மேல்புறம் கழுத்து, தலை, புஜங்களுக்கும் முன்புறத்தில் முண்டத்தின் தசைகளோடும் இவைகள் கட்டப்பட்டுள்ளன. கீழ்புறத்திலுள்ள 5 என்புகளைவிட்டு மற்ற என்புகள் அசையும், இதனாலேயே முள்ளந்தண்டை முன்னும் பின்னும் இரு பக்கங்களிலும் வளைக்கக்கூடும்.

மார்பின் முன்பாகத்தில் ஓர் தட்டையான என்பிருக்கிறது. 12 விலாவென்புகள் மார்பின் முள்ளந்தண்டிலிருந்து மார்பின் முன் எலும்பிற்கு ஜோடிக்கப்பட்டுள்ளன. இதில் 7 மேல் எலும்புகள் முன் எலும்போடு நேராகவே சேர்கின்றன. இவைகளுக்கு கீழ்புறமுள்ள 3 எலும்புகள் இப்படி நேராக சேராமல் மேலெலும்போடு கீழ் எலும்பு சேர்க்கப் பட்டிருக்கிறது. கடைசி இரண்டெலும்புகள் முன்புறம் இப்படியும் சேராமலிருக்கின்றன. மார்பு கூண்டிலுள்ள இரு நுரையீரல்களும் இருதயமும் இதில் தங்கி தமது தொழில் களை தடையின்றி செய்வதற்காக இந்த எலும்புகள் வளைந்

துள்ளன. கீழ் எலும்பு = மேல் எலும்போடு மாம்ச கண்டங்களால் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன. இவைகளின் உட்புறம் மெல்லிய தோலால் மூடப்பட்டு, இந்த தோலே நுரையீரல் முதலியனவைகளுக்கு கவசமாகிறது. மார்பின் கீழ்புறத்தில் விதானம் யென்னும் ஓர் கனமான தோல் கடைசி விலாயெலும்புக்கு சேர்க்கப்பட்டு இந்த விதானம் முண்டத்தை மார்பு கூண்டென்றும் வயிற்றுக் கூண்டென்றும் பிரிக்கிறது. வெளிப்புறம் மார்பின் முன் பக்கத்திலும் பின் பக்கத்திலும் பக்கங்களிலும் வயிற்றுக்கூண்டின் சதைகளும் மார்பின் முன்பக்கத் சதைகளும் தலை கழுத்து சதைகளும் ஒட்டியிருக்கின்றன.

மார்பின் மேற்புறத்திலும் கழுத்தின் இருபக்கங்களிலும் இரண்டு புஜ எலும்புகள் இருக்கின்றன. தசைகளாலும் நார்களாலும் இந்த எலும்புகள் மார்பு தண்டுக்கும் தலைக்கும் கழுத்துக்கும் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

வயிற்றுக் கூண்டு

மார்பின் முள்ளந்தண்டின் கீழ்புறமுள்ள 14 எலும்புகளும் புட்ட எலும்புகளும் இதற்கு முக்கிய ஆதரவு. மேற் புறத்திலுள்ள மார்பின் விலாவெலும்புகளும் அதற்கு சேர்ந்த தசைகளும் இந்த கூண்டுக்கு மேற்கவசமாக இருக்கின்றன. அடிவயிற்றின் முள்ளந்தண்டின் இரு பக்கங்களிலும் இருக்கும் தட்டையெலும்புகள் முன்புறத்தில் வந்து சேர்கின்றன. அடி வயிற்றின் அவயவங்கள் தங்கும் படி இந்த இரண்டு புட்ட வெலும்புக்ள் வளைந்துள்ளன. இந்த எலும்பின் வெளிப் புறத்தில் வட்டாகாரமான ஓர் குழியிருக்கிறது. இதில் துடை யெலும்பு, சேர்ந்து கீலாய் இதனாலேயே துடையை மடக்கவும் நீட்டவும் திருப்பவும் முடியும். இந்த புட்டவெலும்புகள் கீழ்புறத்தில் துடைகளோடும், பின்புறத்தில் முதுகோடும் பக்கங்களிலும், முன்புறத்திலும் மார்புக்கூண்டோடும் தசைகளாலும் நார்களாலும் கட்டப் படுகின்றன.

வயிற்றுக் கூண்டின் மேற்புறத்தில் வலது பக்கத்தில் கல்லீரலும், இடது பக்கத்தில் மண்ணீரலும் இவைகளுக்கு மத்தியில் இரைப்பையும் இவைகளுக்கு பின்புறத்தில் இடுப்புக்கு நேராக இரு மாங்காய்களும் கீழ்புறம் கணையமும் இருக்கின்றன. இவைகளுக்கு கீழ்புறம் சுற்றியும் சிறு குடலும் பெருகுடலும் இருக்கின்றன. அடிவயிற்றின் முன்புறத்தில் மூத்திரகோஷமுண்டு. பின் புறத்தில் மல கோஷமிருக்கிறது. ஸ்திரீகளின் அடிவயிற்றில் மூத்திரகோஷத்திற்கும் மல கோஷத்திற்கும் நடுவில் கர்ப்ப கோஷமுண்டு. மார்புக் கூண்டிலிருந்து சுத்த ரத்த நாடிகள் வந்து துடைகளுக்கு போகவும் அவ்விடங்களிலிருந்து அசுத்த ரத்த நாடிகள் வரவும் முள்ளந்தண்டிலிருந்து வரும் நரம்புகள் போகவும் வயிற்றுக் கூண்டில் வேண்டிய துவாரங்களுண்டு. இந்த கூண்டின் மேற்புறம் விதானத்தினால் மூடியுள்ளது. கீழ்புறம் எலும்புகளாலும், மூடப்படாமல் தசைகள்ாலும், நார்களாலும் மூடப்பட்டு, இதில் மல மூத்திர துவாரங்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. ஸ்திரீகளின் கர்ப துவாரத்தின் முகம் இவைகளுக்கு இடையே இருக்கிறது. இந்த தோலே வயிற்றுக்கும் அதன் அவயவங் களுக்கும் கவசமாக இருக்கிறது.

கைகள்

கழுத்தின் இரு பக்கங்களில் மார்பு கூண்டின் மேற் புறத்தில் இரண்டு புஜ எலும்புகளுண்டு இதில் முன்னென்பு கொஞ்சம் வளைந் துள்ள நீட்டென்பு. இது உட்புறத்தில் மார்பின் முன்னென்பின் மேல் மூளையோடும் வெளிப்புறத்தில் புஜத்தின் பின்னென் போடும் மேற்கையின் என்போடும் தசைகளோடும் நார்களால் சேர்க்கப்பட்டுள்ளது. புஜத்தின் பின்னென்பு தட்டையாய் தசைகளால் மேற்புறம் கழுத்து தலையோடும், கீழ்புறம் முதுகோடும், மேற்கையோடும் முன்புறம் மார்போடும் சேர்க்கப்பட்டுள்ளது. இதன் மேல் வெளிமூலையிலும் ஓர் குழியுண்டு. இதில் மேற்கை என்பின்

தலை ஜோடிக்கப்பட்டு ஓர் சந்தாகிறது. இந்த கீலின் சகாயத்தினால் கையைப் பல திசைகளில அசைக்கக்கூடும்.

மேற்கை

மேற்கை என்பு ஏறக்குறைய உருண்டையான நீட்டென்பு. இதின் தலை அல்லது மேற்பாகம் பின் புஜவெலும்பின் குழியோடு சேர்ந்து ஓர் கீலாகிறது. கீழ்புறத்தில் இந்த என்பு கீழ்கையின் இரண்டு என்புகளோடு ஓர் கீலாக சேர்கிறது. இதனாலேயே கீழ்கையை மேற்கையோடு முன்னும் பின்னும் கொஞ்சம் பக்கமாகவும் அசைக்கக்கூடும். பலமான மாமிச கண்டங்கள் இதில் ஒட்டிக்கொண்டு இதை மேற் புறத்தில் கழுத்து மார்போடும் கீழ்புறத்தில் கீழ்க்கையோடும் சேர்கின்றன. இந்த மாமிசங்களின் சகாயத்தினால் கீல்களின் சகாயத்தினாலும் கைகளை பல காரியங்களுக்கு உபயோகிக் கக்கூடும்.

கீழ்கை

சுமார் உருண்டையான இரண்டு நீட்டெலும்புகள் கீழ்கைக்கு ஆதரவு. இவைகள் மேற்புறத்தில் மேற்கையின் கீழ்பாகத்தில் ஓர் சந்தாக சேர்க்கப்பட்டு கையை மடக்கவும் நீட்டவும் உதவுகிறது. கீழ்புறத்தில் இந்த இரண்டு எலும்புகளும் கையின் எலும்புகளோடு சேர்ந்து கீழ்கையோடு கையை மடக்கவும் நீட்டவும் முடியும். மாமிச கண்டங்கள் இவைகளில் ஒட்டப்பட்டு மேற்புறத்தில் மேற்கையோடும் கீழ்புறத்தில் கை, கைவிரல்களோடும் சேர்க்கப்பட்டு கையை பல காரியங்களுக்கு உதவும்படி செய்கின்றன.

கை

கீழ்கையின் கீழ்புறத்தின் எட்டு சிறு எலும்புகள் இருவரிசைகளாக அணிக்கப்படுகின்றன. மேற்புறத்தில் கீழ்கையோடு சந்தாக ஏற்பட்டு கையை மடக்கவும் நீட்டவும் சகாயமாகிறது. கீழ்ப்புறத்தில் கையின் ஐந்து எலும்புகளோடு

சேர்கின்றன. கையின் ஐந்து எலும்புகள் கைவிரல்களின் முதல் எலும்போடு சேர்ந்து கைவிரல்களை மடக்கவும் நீட்டவும் சந்துகளாகின்றன. பெரிய விரலை விட்டு மற்ற ஒவ்வொரு விரலுக்கும் மும்மூன்று எலும்புகளுண்டு. பெரிய விரலுக்கு எலும்பு இரண்டு மாத்திரம். தசைகளாலும் நார் களாலும் சந்து ஏற்பட்டு விரல்களை நீட்டவும் மடக்கவும் கூடும். மேற்கைக்கும் கீழ்கைக்கும் ஒட்டியுள்ள மாமிச கண்டங்கள் கையெலும்புகளுக்கு சேர்க்கப்பட்டு கைகளை நீட்டவும் மடக்கவும் பல வேலை செய்யவும் சகாயமாகின்றன.

துடை

பலமாயும் உருண்டையாயுமுள்ள ஓர் நீட்டெலும்பு துடைக்கு ஆதரவு. இதன் மேற்பாகம் அல்லது தலைபுட்டவெலும்பிலுள்ள வட்டமான குழியில் சேர்கிறது. இந்த கீலின் சகாயத்தினால் துடையை பல திசைகளில் அசைக்கக்கூடும். இதன் கீழ்புறம் காலெலும்போடு சேர்ந்து ஓர் சந்தாகிறது. இதனால் காலை துடையோடு மடக்கவும் நீட்டவும் கூடும், இந்த துடையெலும்பு பலமான மாமிச கண்டங்களால் கட்டப்பட்டிருக்கிறது. மேற்புறத்தில் வயிற்றுக் கூண்டோடும் கீழ்புறம் காலோடும் சேர்கின்றன. இந்த மாமிசங்களின் சகாயத்தினால் துடையையும் காலையும் மடக்கவும், நீட்டவும், உட்காரவும் பல காரியங்களை செய்யவும் கூடும்.

கால்

காலுக்கு சம்பந்தப்பட்ட எலும்புகள் இரண்டு. இவைகளில் உட்புறமிருப்பது கனமாயும் பலமாகவும் இருக்கிறது. இது துடையெலும்போடு சேர்ந்து ஓர் கீலாகிறது. இதனால் காலை மடக்கவும் நீட்டவும் கூடும். இந்த எலும்பின் கீழ்புறம் பாதவெலும்போடும் சேர்ந்து ஓர் கீலாகிறது. இதனால் பாதத்தை மடக்கவும் நீட்டவும் கூடும். இது காலின்

முக்கியமான எலும்பு. இரண்டாவது எலும்பு மெல்லியதாயும் நீண்டும் இருக்கும். இது அநேகமாக உள்ளெலும் போடு சேர்ந்திருக்கிறது. இது கீழ் சந்துக்கு சேர்திருக்கிற தொழிய மேற்புறம் துடையெலும்புக்கும் கீழ்புறத்தில் பாத எலும்புக்கும் ஒட்டியுள்ள மாமிசங்கள் காலெலும்புகளோடு சேர்ந்து காலும், பாதமும், துடையும் செய்யவேண்டிய கார்யங்களுக்கு சகாயமாகின்றன. காலெலும்புகளுக்கும் துடை எலும்புக்கும் மத்தியில் முன்புறத்தில் ஓர் தட்டையான எலும்புண்டு.

பாதம்

பாத எலும்புகள் ஏறக்குறைய கை எலும்புகளை யொத்திருக்கின்றன. கையெலும்பை விட கனமாய் இருக்கும். எட்டு எலும்புகளுக்கு ஏழு எலும்புகள் மாத்திரமுண்டு.

2. மாமிச மண்டலம்

சரீரம் கட்டுவதிலும், அதற்கு ஓர் உருவம் கொடுப்பதிலும், அதன் பல காரியங்களையும் செய்வதிலும் சகாயமாக நிற்பது மாமிசம். சரீரத்தின் எல்லா பாகத்திலும் மாமிசத்தைப் பார்க்கலாம். சுருங்குதல் விரிதலென்னும் இரண்டு குணங்கள் மாமிசத்தின் இயற்கை குணங்கள். இதில் சிலது நமது இச்சைக்குட்பட்டவை. மற்றவை உட்படாதவை. இதை யனுசரித்து மாமிசம் இரண்டு வகைப்படும்.

கை, கால், முண்டம், தலை, கழுத்து, எலும்புகளுக்கு ஒட்டியுள்ள மாமிசங்களும் தொண்டை, வாய், உதடு, கண், ஆசன துவாரம், மூத்திர துவாரம், இவைகளுக்கு சம்பந்தப்பட்ட மாமிசங்களும் நமது இச்சைக்குட்பட்டவை. மார்பு கூண்டிலுள்ள ரத்த கோஷமும் ரத்த நாடிகளும், சுவாசகோஷம், ஜீர்ணகோஷம், மூத்திர கோஷம், முதலி யவைகளிலிருக்கும் மாமிசங்கள் நமது இச்சைக்கு வசமா காதவை. ஆனால் பல பழக்கத்தினால் இதையும் நமது இச்சைக்கு வசமாக்கக்கூடும்.

இச்சித்தோ இச்சிக்காமலோ நாம் செய்ய வேண்டிய காரியங்களெல்லாம் இந்த மாமிசங்களின் உதவியினால் செய்யவேண்டும். பேசுவதும், பார்ப்பதும், ரத்த ஓட்டம், விழுங்குவதும், ஆகாரசலனையும், மல மூத்திர விசர்ஜனையும், உட்காருவதும், நடப்பதும்; ஓடுவதும் பிடிப்பதும், சுருக்கமாகச் சொல்லின், சர்வ கார்யமும் மாமிசம் செய்ய வேண்டும். இது ஓர் முக்கிய கருவியாயினும் இதற்கு மனமும் வாயும், நரம்பும் சகாயமாக இருத்தல் வேண்டும். இவைகளின் சகாயமின்றி மாமிசம் கேவலம் ஜடம்.

3. இரத்த மண்டலம்

இரத்தமும் அது தங்குமிடமாகிய இருதயமும் அது ஓடும் குழாய்களாகிய சுத்த அசுத்த ரத்தநாடிகளும் இந்த மண்டலத்திற்கு சேர்ந்தவை. நாம் தின்னும் ஆகாரம் இரசமாய், ரத்தமாய், சரீரத்திலுள்ள எல்லா பாகத்திற்கும் பரவி தேகத் திற்குபுசிப்புக் கொடுக்கிறது. ஓர் பாகத்திற்கு ரத்தம் ஓடாமலி ருந்தால் அந்த பாகம் வளராமல் சாகும். எந்த காரணத் திலாவது இரசம் ரத்தமாக மாறாமலிருக்குங்கால் தாதுக்களுக்கு போஷணைக் குறைந்து சரீரம் நசிக்கும்.

இரத்தம்

இரத்தம் சிவப்பாயும் ஏறக்குறைய பால்போல் மந்தமாயிருக்கும். இதில் கோழி முட்டை வெள்ளை போன்ற ஓர் விதமான ஜலபாகமும் ரத்த குறு கடன்களும் ஓர் விதமான நாரும் கலந்திருக்கும். வாயு முதலிய வஸ்துக்களோடு கலந்தால் ரத்தம் கட்டும். இது ரத்தத்தின் இயற்கையான குணமாய் இருக்கிறது. காயம் பட்டு இரத்த நாடி உடைந்து ரத்தம் சுரக்கும்பொழுது ரத்தத்தின் இந்த குணம் சுரக்காதபடி தடையாக்குகிறது. ரத்தத்தின் நிறமாவது மந்தமாவது குறைந்தால் இது ரத்தத்தின் வியாதியென்று சொல்லவேண்டும். ரத்தத்தின் குணங்கள் தின்ற ஆகாரங்களை ஒத்திருக்கும். ஜீர்ண கோஷத்தினால் மற்ற வியாதி தோஷத்தினாலும் இரத்தத்தின் இயற்கைக் கெடும்.

இருதயமும் இரத்த நாடிகளும்

மார்பு கூண்டுக்குள் இரு நுரையீரல் மத்தியில் இருதயம் இருக்கிறது. இது மாமிசத்தினால் செய்துள்ள ஓர் கனமாக பை ஓர் தாமரை மொக்கை ஒத்திருக்கும். ஓர் கனமான தோல் பைக்குள் இது அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இந்த பையிலமைக்கப்பட்ட இருதயம் இரு நுரையீரல்களின்

மத்தியில் மார்பின் முள்ளந்தண்டிற்கு நாரினால் கட்டப்பட்டிருக்கிறது. இது இருதயத்தின் அகன்ற மேல் பாகம். இவ்விடத்தில் தான் ரத்த நாடிகள் இருதயத்திலி ருந்து போக வர இருக்கின்றன. இதன் கீழ்ப்புறம் இடது திசையும் கீழ் திசையும் நோக்கி நிற்கிறது. மார்பு கூண்டின் மத்தியில் சரியாக இராமல் இடது பக்கத்தில் சாய்ந்திருக்கிறது. இதன் கால் பாகம் வலது பக்கத்திலும், முக்கால் பாகம் இடது பக்கமாகவும் சாய்ந்திருக்கிறது ஓர் மாமிச கண்டம் இருதயத்தை இடது பாகமாகவும் வலது பாகமாகவும் பிரிக்கிறது. பிரிந்த ஒவ்வொரு பாகமும் இரண்டு அறைகளாக பிரிக்கப்படுகின்றது. மேலறைக்கு ஆதனம் என்றும் கீழறைக்கு விஸர்க்கம் என்றும் பெயர். ஆசனத்திலிருந்து விஸர்க்கத்திற்கு ரத்தம் ஓடுவதற்காக ஓர் துவாரமுண்டு. விஸர்கத்தினின்று ஆதானத்திற்கு ரத்தம் திரும்பாதபடி இந்தத் துவாரங்களில் கவாடங்களுண்டு. இடது துவாரத்தில் இரண்டு கவாடங்களும் வலது துவாரத்தில் மூன்று கவாடங்களுமுண்டு. வலது பக்கத்தில் அசுத்த ரத்தமும் இடது பக்கத்தில் சுத்த ரத்தமு முண்டு. இடதறையினின்று வலது அறைக்கும் ரத்தம் போவதில்லை.

சுத்த ரத்த நாடிகள் அல்லது தமனிகள்

இடது விஸர்கத்திலிருந்து ஓர் பெரிய குழாய் புறப் படுகிறது. இது மஹாதமனி யெனப்படும். இது மேற்புறமும் பின்புறமுமாகப் போய் வளைந்து பிறகு இருதயத்தின் பின் புறத்தில் முள்ளந்தண்டின் எதிரில் கீழ்முகமாகப் பாய்ந்து விதானத்தின் துவாரம் செய்து கொண்டு ஏறக்குறைய தொப்புளின் எதிரில் இரண்டாகப் பிரிகிறது. இதன் ஆரம்பத்தில் இருதயத்திற்கு இரண்டொரு சிறு நாடிகள் புறப்படுகின்றன. இவைகளின் மேற்புறத்தில் மூன்று அல்லது நான்கு தமனிகள் புறப்பட்டு இடது இரண்டு, இடது கைக்கும் இடது கழுத்து தலைக்கும், வலது இரண்டு,

வலது கைக்கும், வலது கழுத்து, தலைக்கும் போகின்றன. இந்த மஹாதமனி போகும் வழியில் மார்புக் கூண்டில் அதற்குள்ளிருக்கும் அவயவங்களுக்கும் வயிற்றுக் கூண்டில் அதிலிருக்கும் அவயவங்களுக்கும் கிளை கொடுத்துக் கொண்டு போகும்.

இரண்டாகப் பிரிந்த மஹாதமனி மறுபடியும் இரண்டாகப் பிரிந்து ஒன்று அடிவயிற்றுக்கும் மற்றொன்று துடைக்கும் போகின்றன. துடை நாடி வயிற்றின் வெளியே வந்து துடையின் முன்பாகத்தில் ஓடி, பிறகு உட்புறமாகச் சாய்ந்து முழங்காலின் பின்புறத்திற்குப் போய் அவ்விடம் இரண்டாகப் பிரிந்து ஒன்று காலின் முன்புறத்திற்கும் மற்றொன்று பின்புறத்திற்கும் போகின்றன. பின் புறத்தின் நாடி நேர் கீழ்முகமாப் போய் பாதத்திற்கு வேண்டிய சிறு நாடிகளாக முடிகின்றது. இந்த நாடிகள் போகும் வழியில் எலும்பு, மாமிசம் தோல் முதலியவைகளுக்கு கிளை கொடுக்கும்.

மஹாதமனியினின்று பிறந்து தலைக்கும் கழுத்துக்கும் போகும் நாடி, மார்புக் கூண்டிலிருந்து மேற்புறமாகப் போய் காதுக்குப் பக்கத்தில் இரண்டாகப் பிரிந்து ஒன்று தலையின் வெளிப்பாகத்திற்கும், மற்றொன்று தலையின் உட்புறத்திற்கும் போகின்றன. இது போகும் வழியில் கழுத்துக்கும், தலைக்கும் மூளைக்கும் வேண்டிய கிளைகள் கொடுக்கும். கைக்குப் போகும் நாடி மார்பிலிருந்து வெளியே வந்து புஜத்தின் முன்னெலும்பின் பின்புறமாக அக்கிளுக்கு வந்து சேர்கிறது. பிறகு மேற்கையின் உட்புறமாயும் கீழ்புறமாயும் போய் முழங்கையின் எதிரில் இரண்டாகப் பிரிகிறது. ஒன்று கீழ்க்கையின் பின்புறமாகவும் மற்றொன்று உட்புறமாகவும் கைக்குப் போய் சேர்கின்றன. கீழ்க்கையின் வெளிப்புறமாக ஓடும் சுத்த நாடியையே வைத்தியர்கள் நாடிப் பரீக்ஷைக்காக உபயோகிப்பார்கள்.

கேச நாளங்கள்

சுத்த ரத்த நாடிகள் அநேக சிறு சிறு கிளைகளாக மாமிசங்களும், எலும்பு முதலிய தாதுக்களுக்கும் முண்டத்திலும் தலையிலுமுள்ள அவயவங்களுக்குப் போய் முடிவில் கண்ணுக்குப் காணப்படாத சிறு நாளங்களாக முடிகின்றன. இவைகளே கேச நாளங்களெனப்படும்.

அசுத்த ரத்த நாடிகள் அல்லது சிரைகள்

மாமிசம், தோல் முதலிய தாதுக்களில் முடிகின்ற கேச நாளங்களுக்கொத்த சிறு நாளங்கள் பெருகி சிறு சிறு அசுத்த நாடிகள் அல்லது சிரைகள் ஆகின்றன. சிரைகள் தமனிகள் போல் குழாய்கள், ஆனால் பெருத்தும் மெலிந்தும் இருக்கும். இவைகளில் ஆங்காங்கு கவாடங்கள் இருக்கும்.

பாதம், கால்களிலிருந்து சிரைகளுக்கெல்லாம் ஒன்று சேர்ந்து துடைக்குப் போகின்றன. பிறகு அடிவயிற்றுக் போகின்றன. பிறகு அடிவயிற்றுக்கப் போய் சேர்கிறது. வயிற்றுக்குள்ளிருக்கும் சிரைகள் இதோடு சேர்ந்து ஓர் பெரிய சிரையாய் விதானத்தைக் கடந்து வலது ஆதானத்தில் சேர்கிறது. இருகைகள், தலை, கழுத்து இந்த ஸ்தானங்களினின்று வரும் சிரைகள் ஒன்றாகச் சேர்ந்து வலது ஆதானத்தில் முடிகிறது.

வலது ஆதானத்தில் விழுந்த அசுத்த ரத்தம் வலது விஸர்கத்திற்குப் போகிறது. வலது விஸர்கத்திலிருந்து ஓர் பெரிய தமனி புறப்படுகிறது. இதுபுப்புஸ தமனியெனப்படும். இது இரண்டாகப் பிரிந்து ஒன்று இடது நுரையீரல்களுக்கும் மற்றொன்று வலது நுரையீரலுக்கும் போய் கடைசியில் சிறு கேச நாளங்களாக முடிகின்றன. நுரையீரல்களுக்கு அனுப்பப் பட்ட ரத்தம் சுத்தமான பிறகு அந்த சுத்த ரத்தம் மறுபடியும் இருதயத்திற்குப் போகிறது. வெகு சூக்ஷ்மமான ரத்தநாடிகள் சேர்ந்து ஒவ்வொரு நுரையீரலினின்று இரண்டு இரண்டு நாளங்களாக நான்கு நாளங்கள் இடது ஆதானத்தில் வந்து சேர்கின்றன.

இரத்த ஓட்டம்

மனம் பிராணவாயு, நரம்பு, மாமிசம் இவைகளின் சகாயத்தினால் இருதயம் சுருங்குவதினால் இருதயத்திலிருந்து ரத்தம் நாடிகளுக்குப் போகும். இடது விஸர்கத்திலிருந்து சுத்தரத்தம் மஹாதமனிக்குத் தள்ளப்பட்டு அதிலிருந்து கணக்கற்ற சிறு குழாய்கள் மூலமாக சுத்த ரத்தம் சர்வாங்கம் பரவுகிறது. சுத்தமான ரத்தம் தாதுக்களோடு கலக்குங்கால் அசுத்தமாகிறது. அசுத்த ரத்தம் பெரிய சிரைகளின் மூலமாக வலது ஆதானத்திற்கு வருகிறது. வலது ஆதானத்திற்கு வந்து சேர்ந்த ரத்தம் வலது விஸர்கத்திற்கு அனுப்பப்பட்டு, அவ்விடத்திலிருந்து அது புப்புஸ தமனி மூலமாக இரு நுரையீரல்களுக்குப் போகிறது. இந்த ரத்தம், சுத்த பிராணவாயுவுடைய சூக்ஷ்மமான வாயு பைகளோடு சேர்ந்து சுத்தமாக்கப்பட்டு மறுபடியும் நான்கு குழாய்கள் மூலமாக இடது ஆதானத்திற்குப்போய் அதிலிருந்து இடது விஸர்கத்தில் வந்து சேர்கிறது.

இருதயத்தின் துடிப்பு தமனிகளின் மூலமாக கைக்கு ஸ்பரிஷிப்பதே நாடி சோதனையாகும். இதன் விவரம் வேறிடத்தில் கூறுவோம்.

நிண நீர்க்குழாய்களும் கோளங்களும்

தாதுக்களினின்று சிரைகளின் மூலமாக ரத்தம் முழுவதும் இருதயத்திற்குச் சேர்வதில்லை. இரத்தத்திலிருந்து கொஞ்சம் ஜலபாகம் கசிக்கும். இதுவே நிணநீர் எனப்படும். இந்த நிணநிரும் தனியே குழாய்களின் மூலமாக இருதயத்திற்குப் போய் சேரும். இந்த நிணநீர்க் குழாய்கள் போகும் வழியே ஆங்காங்கு சிறு சிறு கோளங்கள் இருக்கும். பாதத்திலோ கையிலோ காயம் ஏற்பட்டால் துடைச்சந்திலாவது அக்கிளிலாவது நெரிக்கட்டுவது இந்து கோளங்கள் பெருகுவதாகும்.

4. சுவாச கோசம்

மார்புக் கூண்டின் இரு பக்கங்களிலும் இரண்டு நுரையீரல்கள் உண்டு. இவைகளும் இரு மூக்குத் துவாரங்கள், தொண்டை, சுரேந்திரியம், சுவாச நாளமும், அதன் கிளைகளும் சுவாசகோசத்திற்குச் சேர்ந்தவை.

மூக்குத் துவாரங்கள்

இவைகள் மேல் தவடை எலும்புகளின் மேற்புறமிருக்கும் துவாரங்கள், இரண்டு துவாரங்களுக்கு மத்தியில் ஓர் விதமான சதை நின்றுக் கொண்டு ஒன்றை மற்றொன்றின்றும் பிரிக்கும் இந்த துவாரங்கள் தொண்டையின் மேற்புறத்தில் முடியும்.

தொண்டை

இது வாயின் பின் பாகம், மூக்குத் துவாரங்களுக்குப் பின்புறமாகவும் கழுத்து முள்ளந்தண்டுக்கு முன்புறமாகவும் இருக்கும். தொண்டையின் பின்புறத்தில் அன்னவாகி என்னும் அன்னக் குழாயும் அதனெதிரில் சுரேந்திரியமும் இருக்கிறது.

சுரேந்திரியம்

வாயின் பின்புறத்தில் நாக்கின் அடியிலும் சுவாச நாளத்திற்கு மேற்புறமும் அன்னவாகிக்கு எதிரிலும் இருக்கும் ஓர் கருவி. இது சுவாசநாளத்தின் தலைப்பாகம். இது தொனிக்கு மூலஸ்தானம், இதன் மேற் துவாரத்தில் நாக்குப் போன்ற ஓர் தசை இருக்கும். இது திறந்து கொண்டே இருக்கும். நாம் குடிக்கும் ஜலபதார்த்தங்களும் அன்னம் முதலிய உணவுகளும் இந்த சிறு நாக்கின் மேற்புறமாக போய் இதன் பின் புறமுள்ள அன்னவாகியில் போய் விழவேண்டும். உணவு பதார்த்தங்கள் சுவாச நாளத்தில் விழுந்து சுவாசத்திற்கு தடையாகாதபடி இந்த சிறுநாக்கு காப்பாற்றுகிறது.

சுவாச நாளம்

இது சுரேந்திரியத்திற்குக் கீழ்புறத்தில் அதன் தொடர்ச்சியாகப் போகும் ஓர் குழாய். இது சதைகளாலும் நார்களாலும் செய்யப்பட்டு இதன் முக்காற்பாகம் முன்புறமும் முருந்தினாற் செய்தமோதிரங்கள் வரிசையாயிருக்கும். இவைகளை இதன் கிளைகளிலும் பார்க்கலாம். இது அன்னவாகியினெதிரில் மார்புக் கூண்டுக்குள்ளே போய் இரண்டாவது விலாவெலும்பின் எதிரில் இரண்டு கிளைகளாகப் பிரிந்து இடது, இடது நுரையீரலுக்கும், வலது, வலது நுரையீரலுக்கும் போகின்றன. நுரையீரல்களில் இவைகள் கணக்கற்ற சிறு நாளங்களாகின்றன. கடைசியில் கண்ணுக்குப் பார்க்க முடியாத சூக்ஷ்மமான வாயுப் பைகளாக முடிகின்றன.

நுரையீரல்கள்

மார்பின் இரு பக்கங்களிலும் தங்கும் அவயவங்கள் இவை. இதன் மேற்புறம் கூசாயும் கீழ்ப்புறம் அகன்றும் இருக்கும். வலது ஈரல் கொஞ்சம் பெரியதாகவும் இருக்கும். இவைகளின் மத்தியில் மேற்புறத்தில் இருதயமும், அதற்குச் சேர்ந்த ரத்த நாடிகளும் இருக்கும். இந்த நாடிகளோடு இந்த ஈரல்கள் மார்பின் முள்ளந்தண்டுக்குள் கட்டப்பட்டுள்ளன. இருதயம் இடது பக்கத்தில் அதிகமாகச் சாய்ந்து இருப்பதனால் இடது ஈரலில் அது தங்குவதற்காகவே ஓர் பள்ளமிருக்கும். கீழ்புறத்தில் இரு ஈரல்களும் விதானத்தின் மேற்புறத்தில் தங்குகின்றன. வலது ஈரலுக்கும் விதானத்திற்கும் அடியில் கல்லீரலும் இரைப்பையும் இருக்கும். இடது பக்கத்தில் இரைப்பையும் மண்ணீரலும் இருக்கும். மார்புக் கூண்டின் உட்புறமிருக்கும் ஓர் மெல்லிய தோல் இந்த நுரையீரல்களின் சுற்றும் ஓர் கவசமாக இருக்கிறது.

ஈரல்கள் கணக்கற்ற சூக்ஷ்மமான வாயுப்பைகளாலும், சுத்த ரத்த நாடிகளாலும் அசுத்த ரத்த நாடிகளாலும் வாயுவினாலும் ரத்தத்தினாலும் நிறைந்த பஞ்சு போல் மெதுவான ஓர் கருவி.

சுவாசம்

இருதயத்திலிருக்கும் பிராணவாயுவின் பிரேரேபணை பாலும், மூளையும் நரம்புகளின் சகாயத்தினாலும் சுவாச கார்யம் நடக்கிறது. இருதயமும் அதிலிருக்கும் ரத்தமும் பிராணவாயுவும், நரம்புகளும் ஒன்றோடொன்று சேர்ந்திருக்கவேண்டும். இதிலேதேனும் ஓர் பாகத்திற்கு ஊனம் வந்தால் சுவாச கார்யம் கெடும். இந்த கருவிகளோடு வெளியேயுள்ள சுத்த பிராணவாயுவும் உதவவேண்டும். இதன்றி மூச்சுக் கார்யம் நடைபெறுவதில்லை.

மூக்கு துவாரங்களின் மூலமாக தொண்டைக்கும் தொண்டையிலிருந்து சுரேந்திரியத்திற்கும் அதிலிருந்து சுவாச நாளத்திற்கும் சுவாச நாளத்திலிருந்து இரு நுரையீரல்களுக்கும் வெளிப்புறத்திலிருந்து வாயு பிரவேசிக்கிறது. இதுவே மூச்சு வாங்குதல், அல்லது உஸ்வாசமெனப்படும். சுவாச நாளத்திற்குள்ளே போன வாயு முடிவில் இந்த நாளத்தின் முடிவு பாகமான சூக்ஷ்மமான, வாயுப் பைக்குள்ளே சேர்ந்து, அவைகளின் சுற்றிருக்கும் அசுத்த ரத்தத்தோடு கலக்கிறது. சுத்த வாயு அசுத்த ரத்தத்தில் கலந்த பிறகு அந்த ரத்தத்திலுள்ள அசுத்த வாயு இவ்வாயுப் பைக்குள்ளே சேர்கிறது. மூச்சு வாங்குங்கால் நுரையீரல்களும் மார்புக் கூண்டும் அதன் தசைகளும் விதானமும் விரியும். பிறகு இவைகள் சுருங்கும். இவைகள் சுருங்குவதனால் உள்ளேயிருக்கும் அசுத்தமான வாயு வெளியே வரும். இதுவே மூச்சு விடுதல், நிஸ்வாசம் அல்லது ரேசகமெனப்படும்.

மூச்சு வாங்குவதனாலும், விடுவதனாலும் தேகம் சுத்தமாகும், இரத்தம் மற்ற தாதுக்களோடு கலக்கும்பொழுது அவைகள் அசுத்தமடைகின்றன. அவைகள் இடைவிடாமல்

சுத்தமாக்கப்படின் சரீரத்தில் விஷம் தங்கி ஆரோக்கியத்தைக் கெடுத்து பிராண ஆபத்திற்கு இடந்தரும். மூச்சு வாங்கும் காற்றும் சுத்தமாக இருத்தல் வேண்டும். ஓர் சிறு அறையின் ஜன்னல்களையும் கதவுகளையும் மூடி, அதற்குள்ளே ஜனங்கள் நெருங்கியிருந்தால் அவ்விடத்தில் துர்வாசனை யுண்டாவதற்கும் மயக்கம் அல்லது மரணம் சம்பவிப்பதற்கும் அவ்விடத்தில் ஜனங்கள் வெளியேவிட்ட அசுத்தக்காற்று தங்குவதே காரணமாகும். ஆகவே நாம் இடைவிடாமல் சுத்த காற்று இருக்கும் வெட்ட வெளியில் தங்கினால் நமது ரத்தமும் தேகமும் சுத்தமாய் நோயில்லாமல் வாழக்கூடும்.

நாம் ஓர் நிமிடத்தில் சுமார் 20 தடவை சுவாசம் விடுகிறோம் இதுவும் பழக்கத்தினால் வித்தியாசப்படும். விஸர்கத்திலிருந்து நுரையீரல்களுக்கு வந்த அசுத்த ரத்தத்தோடு நாம் வெளியிலிருந்து வாங்கிக் கொண்ட சுத்த வாயு கலந்து சுத்தமாகிறது. சுத்தமான ரத்தம் வேறுநாடிகளின் மூலமாக இருதயத்திற்குப் போய் சேர்கிறது.

சுவாச 'கோசமும்' அதன் காரியத்தையும் கவனித்துத் தெரிந்து கொண்டால் நாம் நோயின்றி வாழக்கூடும். அசுத்த மான நகரங்களிலிருக்கும் கெட்ட காற்றைச் சுவாசிப்பதே நோய்க்கு ஹேதுவாகும். இயற்கையிலே சுருங்கிய பல விதமான மார்புக் கூண்டுடையவர் வெட்ட வெளியே இருந்து நமது ஆரோக்கிய நூலிற் கூறப்பட்ட தேகப்பயிற்சியைச் செய்பவர்களுக்கு சுகமுண்டு.

5. ஜீர்ண மண்டலம்

மனிதனின் போஷணைக்கென்றே சுவாசக்கோஷத்திற்கு அடுத்துள்ளது. அன்ன கோஷமாகும். போஷணைக்குச் சுத்த காற்றும், சுத்தஜலமும் ஆகாரமும் வேண்டும். ஜலபானத்திற் காகவும், அன்னத்திற்காகவும் தனியே கருவிகளுண்டு. இவை களை அன்னகோஷம் அல்லது ஜீரண கோஷமென் பார்கள்.

வாய், தொண்டை, அன்னவாஹி, இரைப்பை, சிறுகுடல், பெருங்குடல், மலப்பை, ஆசனம் அல்லது மலத்துவாரம் இவைகள் அன்ன கோஷத்திற்குச் சேர்ந்த பாகங்களாகும். கல்லீரலும், கனையம் என்னும் ஓர் கருவியும் இந்த கோஷத்திற்குச் சேர்ந்தவைகள்.

வாய்

இது ஏறக்குறைய ஓர் குதிரையின் குளம்பைப் போல் வளைந்த கீழ் தவடை எலும்பினாலும் மேலிரண்டு தவடை எலும்புகளாலும் கட்டப்பட்டுள்ளது. இதில் கீழ் தவடை எலும்பு மாத்திரம் கன்ன எலும்போடு கீலாகச் சேர்ந்து அசையும். மேல் தவடை எலும்புகள் அசைவதில்லை. இந்த எலும்புகள் மேலும் கீழும் தோல்களாலும் தசைகளாலும் மூடப்பட்டுள்ளன. வாயைத் திறக்கவும் மூடவும் இந்தத் தோல்களும் தசைகளும் சகாயமாகவே இருக்கின்றன.

இது முன்புறத்திலும் பின்புறத்திலும் திறந்துள்ளது. முன்புறத்தில் தசையினாலும் தோலாலும் செய்யப்பட்ட உதடுகளும் இருக்கின்றன. ஜலம் முதலிய பான திரவியங்களைக் குடிக்கவும், கட்டியான அன்னம் முதலிய உணவுப் பதார்த்தங்களை உட்கொண்டு மெல்லவும் இவைகள் சகாயமாக நிற்கின்றன. இந்த உதடுகள் பேசும் கருவிகளில் ஓர் பாகம், உதடுகளுக்கு நோய் வந்தால் பேசவும், ஜலம் குடிக்கவும் அன்னம் தின்னவும் முடியாது.

வாயின் பின்புறம் தொண்டையாகும். குடித்த ஜல பதார்த்தங்களும் அன்னமும் தொண்டையின் பின்புறத்திலுள்ள அன்னவாகியில் விழவேண்டும். வாயின் கீழ்ப்புறம் கீழ்த்தவடையெலும்பின் ஓரத்தில் ஒட்டியுள்ள தசைகளாலும் தோலாலும் மூடியுள்ளது.

நாக்கு

சுரோத்திரத்திற்கு முன்புறத்திற்கு ஒட்டியுள்ள தட்டையான ஓர் மாமிச கண்டம் ஓர் கிளைக்கு ஓர் இலை ஒட்டிக் கொண்டு ஆடுவது போல் இருக்கும். இது ஞானேந்திரியங்களில் ஒன்று. இதன் சகாயத்தினால் நாம் ருசி தெரிந்துகொள்ளக்கூடும். நாக்கு கெட்டால் நாம் ருசியறிவதில்லை. இது கர்மேந்திரியங்களிலும் ஒன்றாகும். தொண்டையும் தொனிக்கு சகாயமாக இருக்கும் கருவிகளும் நாக்கின் சகாயங்கொண்டே பேசவேண்டும். நாக்கின் தொழில் கெட்டால் பேசமுடியாது. நாக்கின் ஞானகர்ம கார்யங்கள் வாயு, தசை நரம்பின் சகாயத்தினால் நடக்கவேண்டும். இவைகளின், சகாயமின்றி நாக்கு தனது கார்யங்களைச் செய்யமுடியாது. மூளையிலிருந்து இதற்கென்றே நரம்புகள் வந்து சேர்கின்றன.

உப்பு, காரம், புளிப்பு, கயிப்பு, துவர்ப்பு, மதுரம் என்னும் ஷட்ருசிகளை நாக்கு தெரிந்து கொள்ளும் திறமையுடையது. நாக்கின் ருசி எந்த விதத்தினாலும் கெட்டால் ஆரோக்கியம் கெட்டதென்று அறியவேண்டும். கொஞ்சம் ருசி குறைந்ததே நோய்வராதபடி வேண்டிய முயற்சிகளைச் செய்தல் வேண்டும்.

உமிழ்நீர் கோளங்கள்

வாயில் அடிப்பாகத்தில் மூன்றுவிதமான கோளங்களுண்டு, இவைகளினின்று உமிழ் நீர் சுரந்துகொண்டே

வரும், இந்த நீரும் நாக்கிலிருந்து உண்டாகும் ரசமும் தின்னும் உணவுப் பொருட்களோடு கலந்து ஜீர்ணத்திற்கு, சகாயமாகின்றன. ஜீர்ணத்திற்கு சகாயமாக இரைப் பையிலும் குடல்களிலுமுள்ள ரசங்களும் பித்த முதலிய ரசங்களும் இருந்த போதிலும் உமிழ் நீரே ஜீர்ணத்திற்கு முக்கியமான ஓர் ரசமாகும்.

பற்களும் மெல்லுதலும்

நாம் தின்னும் பதார்த்தங்களை நன்றாக மென்று தின்பதற்காகவே பற்கள் முளைத்துள்ளன. உட்கொண்ட ஆகாரத்தை நீர்வடிவமாகும் வரையில் மெல்ல மெல்ல மென்றாலொழிய அது உமிழ் நீரோடு கலந்து ஜீர்ணமாகுவதில்லை. கட்டியான உணவுப் பொருட்களைச் சரியாக மெல்லுவதனால் பற்களும் உறுதியாகின்றன. மெல்லுவதனால் பல் நோய் வருவதில்லை. வாய், தவடை, முகம், கண், மூக்கு இவைகள் செவ்வனே வளர்ந்து முகத்திற்கு ஓர் காந்திவரும். மென்று தின்னாவிட்டால் அஜீர்ணமும் அதனால் அநேக விதமான நோய்களும் உண்டாகும் சமைக்காத கெட்டியான தானியம், கொட்டை, கிழங்கு, காய், பழங்களே மென்று தின்பதற்கு சரியான உணவு ஒருவேளை சமைத்தாலும் அதுவும் கட்டியாகவே இருத்தல் வேண்டும்.

தொண்டை

இது வாயின் பின்புறத்திலிருக்கும். வாய்க்கு வந்த ஜலமாவது அன்னமாவது இதன் வழியாக அன்னவாகிக்குப் போய் சேர வேண்டியது. தொண்டையிலும், வாயிலும் இருக்கும் சதைகளின் சகாயத்தினால் நாம் உணவுகளை விழுங்கவேண்டும். தொண்டையிலுள்ள கோளங்களும் தசைக்களும் கெட்டுத் தமது தொழில் செய்யாவிட்டால் கார்யம் நடவாது.

அன்னவாகி

கழுத்து முள்ளந்தண்டிற்கு எதிரில் தொண்டைக்கும் சுரேந்திரியத்திற்கும் சுவாசநாளத்திற்கும் பின்புறமுள்ள ஓர் நாளம் இது. அநேகமாகத் தசையினாலேயே செய்யப் பட்டுள்ளது. மார்பு முள்ளந்தண்டுக் கெதிரில் நேர் கீழாகப் போய் விதானத்தின் பின்புறம் துவாரம் செய்து வயிற்றுக் கூண்டுக்குள் அகன்று இரைப்பையாக முடிகிறது. இதன் சுருங்குதல் விரிதலின் மூலமாகத் தொண்டைக்கு வந்த உணவு இரைப்பைக்குப் போய்ச் சேரவேண்டும்.

இரைப்பை

வயிற்றுக் கூண்டுக்குள்ளே நுழைந்து பெருகி, ஏறக்குறைய முக்கால் சந்திர வடிவமுள்ள ஓர் பை இரைப் பையாகும். இரைப்பையாகப் பெருகின இந்தக் குழாய் மறுபடியும் சுருங்கி சிறு குடலாக முடிகிறது. இரைப்பை மாமிசத்தினாலும் தோலாலும் செய்யப்பட்ட ஓர் பை. இதற்கு விரியவும் சுருங்கவும் சக்தியுண்டு. இதனுள் தங்கும் பொருளின் அளவுக்குத் தக்கவாறு இதன் அளவும் வடிவமும் வேறுபடும். விதானத்தின் கீழ்புறத்தில் கல்லீரலுக்கு இடது பக்கமாகவும், மண்ணீரலுக்கு வலது பக்கமாகவும் வயிற்றின் மேற்புறத்தில் இரைப்பை தங்குகிறது. வயிறு முழுவதையும் மூடும் மெல்லிய தோல் இரைப்பையை சுற்றுமுள்ள கல்லீரல் முதலிய கருவிகளோடு கட்டவைக்கிறது. இதற்குப் பின்புறத்தில் முள்ளந்தண்டுக்கு இரு பக்கத்தில் இரு குண்டிக்காய்களுண்டு.

இரைப்பையின் உட்புறம் மெல்லிய தோலும் ஜீர்ணமும் செய்யக்கூடிய ரசம் உற்பத்தியாகும் கோளங்களுமுண்டு. இரைப்பையின் ஜீர்ணசக்தியினாலுண்ட அன்னம் ஜீரணமாக வேண்டும். பற்களால் நன்கு மெல்லப்பட்டு உமிழ்நீரில் கலந்துள்ள உணவு இரைப்பையில் சுலபமாக ஜீர்ணமாகும். அப்படிக்கில்லாவிடின் ஜீர்ண சக்திக் குறைந்து இரைப்பையின்

தொழில் கெட்டு நோய் தோன்றும். வயது, தொழில், ஆரோக்கியம், ரத்தபலம் முதலியவைகளை அனுசரித்து இரைப்பையின் ஜீர்ணசக்தி பேதப்படும். சாதாரணமாக சுமார் மூன்று மணிக்குள்ளே நின்ற பதார்த்தம் இந்தப் பையில் ஜீர்ணமாகிறது. இரைப்பையில் ஜீர்ணமான உணவுப் பொருள் ரசமாக பிறகு இரத்தத்தில் கலக்கிறது. ஜீர்ணமாகாத பாகம் இதன் தொடர்பாகமான சிறு குடலுக்குள் தள்ளப்பட்டு அங்கு ஜீர்ணமாகிறது.

சிறுகுடல்

இரைப்பை சுருங்கி சிறு நாளமாகிறது. இது சிறு குடலெனப்படும். இது ஏறக்குறைய அன்னவாகி போன்ற ஓர் நாளம். இது சுமார் 20 அடி நீளமாயிருக்கும். இதன் தொடர்பே பெரிய குடலாகும். வயிற்றுக் கூண்டு இதன் மற்ற கருவிகள் போல் இதுவும் ஓர் மெல்லிய தோலால் மூடப்பட்டு இது குடலை அநேக சுருக்கங்களாகச் சுருக்கி வயிற்றின் முள்ளந்தண்டெலும்புக்குள் கட்டியிருக்கிறது. வயிற்றின் பெரும்பாகத்தில் இந்தக் குடல் தங்கும். இதன் மேற்புறத்தில் சுமார் ஓர் அடிப்பாகம் ஜீர்ணத்திற்கு முக்கிய பாகமாகும். இந்தக் குடற்பாகம் கல்லீரலின் அடிப்புறத்திற் போய் கணையத்தின் தலையைச் சுற்றுகிறது. இந்தச் சிறு குடலின் பாகமும், பித்தப்பையும் கணையமும் இருக்குமிடமே ஜடராக்கினிக்கு மூலஸ்தானமாகும். இந்த ஜீர்ணத்திற்கு வேண்டிய சமான வாயு தங்கும். சிறுகுடலின் இந்த பாகத்திற்கு தான் ஓர் குழாய் மூலமாக பித்தப்பையிலிருந்து பித்தமும் கணையத்திலிருந்து அதன் ரசமும் கலந்து வந்து சேர்கிறது. வாயிலும் இரைப்பையிலும், ஜீர்ணமாகாத பாகம் இவ்விடத்தில் ஜீர்ணமாகின்றது. பித்தமும் கணையத்தின் ரசமும் உற்பத்தியாகும். இந்த ஸ்தானம் செவ்வனே இருக்கும் வரையில் சரியான ஜடராக்கினியுண்டு. ஜீர்ணசக்தியுண்டு.

ஆரோக்கியமுண்டு. இந்த ஸ்தானம் கெட்டால் ஜீரணசக்தி கெடும். இதனால் ரத்தம் கெடும். ரத்தக் கெடுதியினால் சகலவிதமான நோய்களும் சம்பவிக்கின்றன.

பெருங்குடல்

அடிவயிற்றின் வலது மூலையில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக பெருகி வந்த சிறுகுடல் பெரிய குடலாகத் தொடர்ந்து போகிறது. இவ்விடத்தில் குடல் பெருகி இதில் மேற்புறத்திலிருந்து கீழ்புறமாகத் திரும்பக்கூடிய ஓர் கவாடமுண்டு. இந்த பெருத்த குடலின் கீழ்ப்புறத்திலும் வெளிப்புறத்திலும் சிறு குழாய் போன்ற ஓர் கருவி இருக்கிறது. இது வெளிப்புறத்தில் மூடப்பட்டும் உள்ளே குடற்குள்ளே விரிக்கப்பட்டுமுள்ளது. இது லம்பிகையெனப்படும்.

ஆரம்பத்திற் பெருத்த பெரிய குடல் மறுபடியும் கொஞ்சம் கருங்கி வயிற்றின் வலது பக்கத்தில் மேல் திசையாகப் போய் கல்லீரலின் கீழ்ப்புறம் வளைந்து இரைப்பையின் கீழ்ப்புறத்தில் வயிற்றின் குறுக்கே போய் இடது பக்கத்தில் மண்ணீரலின் கீழ்புறம் வளைந்து வயிற்றின் இடது பக்கத்தில் நேர் கீழ்ப்புறமாகப் போய் அடிவயிற்றில் இடது மூலையில் மலப்பையாக முடிகிறது. இது போகும் வழியில் தனக்குச் சுற்றியிருக்கும் கருவிகளுக்கு வயிற்றுக் கூண்டைமூடும் மெல்லிய ஓர் தோலால் கட்டப்பட்டுள்ளது.

இது சுமார் 8 அடி நீளமும் சிறு குடலுக்குச் சுமார் 3 பங்கு கனமாகவும் இருக்கும். சிறுகுடல் போல் இதற்கு ஜீரணமாக்குஞ் சக்தியில்லை. சிறுகுடலில் ஜீரணமாகாத திப்பியாகிய மலம் பெருங்குடலின் மூலமாகத் தள்ளப்பட்டு மலப்பையில் வந்து சேர்கிறது.

மலப்பை

பெருங்குடலின் தொடர்பாகமான அகன்ற குடலிது. இது அடிவயிற்றின் இடது மூலையில் தங்குகிறது. இதன்

முன்புறத்தில் மூத்திரப்பை இருக்கும். ஸ்திரீகளின் கர்ப்ப கோஷம் இவை இரண்டுக்கும் மத்தியிலிருக்கும். பெருங்குடலிலிருந்து மெல்ல மெல்லத் தள்ளப்பட்ட மலம் இதில் தங்கி அபான வாயுவினால் நாளுக்கு இரண்டொரு முறை வெளியே தள்ளப்படுகிறது. பழக்கத்தினாலும் மற்றக் காரணங்களினாலும் மலவிஸர்ஜனை காலம் வேறுபடும்.

ஆஸனத் துவாரம்

இரு பிட்டங்களுக்கு மத்தியில் மல விசர்ஜனத்திற் கென்றேயுள்ள ஓர் துவாரம். இது மலப்பையின் கீழ் முகமாகும் இது வட்ட வடிவமான தசையினால் நிர்மிக்கப்பட்டுள்ளது. மல விஸர்ஜன காலத்தில் இது தானே விரியும். இதை நம்மிஷ்டப்படி திறக்கவும் கூடும்.

கல்லீரல்

வயிற்றின் வலது மேற்புறத்தில் வலது மார்புக் கூண்டுக்கும் விதானத்திற்கும் கீழ்புறம் தங்கும் ஓர் கருவி. இதன் வலம்பக்கம் பெருத்தும் அகன்றுமிருக்கும். இடது பக்கத்திற் குறுகியும் மெலிந்துமிருக்கும். இந்த இடது பாகம் வயிற்றின் மத்திய ரேகை வரையிலும் இரைப்பை ஸ்தானம் வரையிலும் விஸ்தரிக்கும். வயிற்றுக் கூண்டுக்குள்ளே யிருக்கும் குடல் முதலியவைகளினின்று வரும் சிரைகளெல்லாம் ஒன்று சேர்ந்து இதிற் கலக்கும். ஜீர்ணத்திற்குப் பேருதவியாயுள்ள பித்த ரஸம் இதில் உற்பத்தியாகிறது. இந்தப் பித்தம் வந்து சேருவதற்கு ஓர் பித்தப்பை இதிலுண்டு. இந்த பையிலிருந்து ஓர் நாளம் மூலமாக இதன் அருகிலேயுள்ள சிறு குடலிற் சேரும் முன்பு கணையத்திலிருந்து வரும் அதன் ரஸத்தோடு கலந்து குடலிற் சேரும்.

கனையம்

இரைப்பையில் கீழ்புறத்தில் வயிற்றின் குறுக்கே, தங்கும் ஓர் கருவி, இடது பக்கத்தில் மண்ணீரல் வரையிலும் இடது பக்கத்திற் சிறுகுடலின் மேற்பாகம் வரையிலும் விஸ்தரிக்கும். இதன் பின்புறம் இரு குண்டிக்காய்களிலி ருக்கும். இதன் ரசம் ஓர் குழாய் மூலமாகச் சிறு குடலுக்குப் போய்ச் சேர்கிறது. சேர்வதற்கு முன்பு பித்த ரஸத்தோடு கலக்கிறது. இதன் ரசமும் பித்தமும் கலந்து வாயிலும் இரைப்பையிலும் ஜீரணமாகாத உணவைச் ஜீரணிக்கச் செய்கிறது.

ஜீர்ணம்

நாமுண்ணும் ஆகாரம் வாயிலிருக்கும் உமிழ் நீர், இரைப்பையின், ரசம், வாயுபலம், ரத்தபலம், இவைகளினால் பக்குவமாய் ஜீர்ணமாக வேண்டும். வயது, காலம், தேசம், தொழில், ஆரோக்கியம் முதலியவைகளை யனுசரித்து ஜீர்ணம் வித்தியாசப்படும். நாக்கு ருசியைக் கவனியாது சுலபமாக ஜீர்ணிக்கக்கூடிய சுத்தமான ஆகாரத்தை அளவோடு சாப்பிட்டால் ஜீரணமாகும். மாந்தம், அஜீர்ணம், மலபந்தம், வாந்தி, பேதி முதலிய பாதைகளிராது. அளவுக்குட்பட்ட சுத்த ஆகாரத்தை நன்றாக மென்று சாப்பிட்டால் உணவு ஜீர்ணமாய் சரீரத்திற்குப் புஷ்டி தரும்.

6. மூத்திர மண்டலம்

சரீர போஷணைக்கென்று உட்கொண்ட அன்னம், ஜலம், வாயு முதலியவைகள் தேகத்தைப் போஷித்தபிறகு அதிலி ருந்து மலங்கள் கழிந்துக் கொண்டு இருக்கும். மூத்திரம் மலத்திரவியங்களிலொன்று. இது உற்பத்தியாய் வெளியே போவதற்கு சரீரத்தில் தனியே இதற்கென்று கருவிகளுண்டு.

இரு குண்டிக்காய்கள், அவைகளிலிருந்து மூத்திரத்தை மூத்திரப்பைக்கு தள்ளும், நாளங்கள், மூத்திரப்பை, மூத்திர விஸர்ஜனத்திற்காக மூத்திரப் பையிலிருந்து வெளிப்படும் மூத்திரக் குழாய் இவைகள் மூத்திர மண்டலத்திற்குச் சேர்ந்த கருவிகளாகும்.

குண்டிக்காய்கள்

இவைகளில் குண்டிக்காய்கள் வயிற்றின் மேற்பாகமாகிய இடுப்பு முள்ளந்தண்டின் இரு பக்கங்களிலும் விதானத்திற்கு கீழ்புறத்திலும் தங்கும் கருவிகள், இவைகள் அவரை விதைப் போன்ற வடிவமுடையவைகளாய் சுமார் நால்ரை அங்குலம் நீளமாயும் இரண்டரை அங்குலம் அகலமாயும் 1 அங்குலம் கனமாயும் இருக்கும். இதன் சுருங்கின பாகம் முள்ளந்தண்டுக்கு எதிராகவும் இருக்கும். இந்தச் சுருங்கின பாகத்தின் தான் தமனிகளும் சிரைகளும் போக வரவும் ஸ்தானமாயிருக்கும். இவ்விடத்திலிருந்தே குண்டிக்காயிலிருந்து உற்பத்தியான மூத்திரம் மூத்திரப் பைக்குப் போக மூத்திர நாளம் புறப்படுகிறது. சரீரத்தில் அநேக கருவிகளுண்டு. அவைகளில் ஒவ்வொன்றுக்கும் ஒவ்வொரு சக்தியும் தொழிலு முண்டு. கல்லீரலுக்குப் பித்த உற்பத்தியும் அண்டத்திற்கு சுக்கில தாதுவும் உற்பத்தியாக்கும் திறமையுள்ளது போல குண்டிக்காய்களுக்கு மூத்திரம் உற்பத்தியாக்கும் சக்தியுண்டு. குண்டிக்காய் முழுவதும் ஒருவிதமான தசைதான், மஹா தமனியின் கிளைமூலமாக இதற்குள்ளே பிரவேசிக்கும் சுத்த

ரத்தத்திலிருந்து குண்டிக்காய்கள் ஒவ்வொரு கணமும் மூத்திரத்தைப் பிரித்துக் கொண்டே வரும்.

மூத்திர குண்டிக்காய் குழல்

ஒவ்வொரு குண்டிக்காயின் சுருங்கிய உட்பாகத்திலிருந்து ஓர் குழாய் புறப்படும். இதன் மூலமாகக் குண்டிக்காயிலிருந்து மூத்திரப்பைக்கு மூத்திரம் போக வேண்டும். இது ஆரம்பத்தில் குண்டிக்காய்க்குள் அகன்றிருக்கும். பிறகு சுருங்கி வயிற்றுக் கூண்டின் பின்புறத்தில் முள்ளந்தண்டின் ஓரமாகப் போய் மூத்திரப் பைக்குள்ளே முடிகிறது. இது சுமார் முக்காலடி நீளமாயிருக்கும். இந்தக் குழாய் மூலமாகக் குண்டிக்காயிலிருந்து மூத்திரம் மூத்திரப் பைக்குள் இடைவிடாமல் விழும்.

மூத்திரப்பை

இது அடிவயிற்றின் முன்னெலும்புக்குப் பின்புறத்தில் தங்குகிற ஓர் பை. தோலாலும் தசையினாலும் செய்யப்பட்டது. மேற்புறம் அகன்றும் கீழ்ப்புறம் சுருங்கியும் இருக்கும். வயிற்றுக் கூண்டின் உட்புறத்தையும் அதற்குள் தங்கும் கருவிகளையும் மூடும் ஓர் தோலானது இந்தப் பையிக்கு கவசமாக இருக்கிறது. இந்தத் தோல் இந்தப் பையை சுற்றியிருக்கும் குடல் எலும்பு முதலியவைகளுக்குக் கட்ட வைக்கிறது. இதன் வடிவமும் அளவும் அதற்குள் தங்கும் மூத்திரத்தின் அளவுக் கேற்றவாறு மாறும். இது அதிகமாகப் பெருகினால் இதில் சுமார் முக்கால்படி மூத்திரம் தங்கும்.

இதன் மேற்புறத்தில் இரு பக்கத்தில் இரண்டு துவாரங்களுண்டு. இரண்டு குண்டிக்காய்களிலிருந்து இதற்குள் மூத்திரம் இடைவிடாமல் மூத்திரப்பைக்குள் விழுந்துகொண்டே இருக்கும். இதன் முன்புறம் கீழ் புறமுள்ள சுருங்கிய பாகத்திலிருந்து ஓர் குழாய் புறப்படுகிறது. இதன் மூலமாக மூத்திரம் வெளிப்படவேண்டும்.

இது மலப்பைக்கு முன்புறமிருக்கிறது சிறு குடல்களின் சுருள்கள் இதற்கு மேற்புறமிருக்கும் ஸ்திரீகளின் கர்ப்ப கோஷம் மூத்திரப் பைக்கும், மலப்பைக்கும் மத்தியிலிருக்கும்.

மூத்திரப்பைக் குழாய்

இது மூத்திரப் பையின் கீழ்புறத்திலிருந்து புறப்படுகிறது. இதன் மூலமாக மூத்திரப்பையிலிருந்து மூத்திரம் வெளியாக வேண்டும். இந்த குழாய் ஸ்திரீகளுக்குக் குட்டையாய் சுமார் இரண்டு அங்குலம் நீளமாயிருக்கும். புருஷர்களுக்கு நீண்டும் மத்தயில் கொஞ்சம் வளைந்தும் இருக்கும். இது சுமார் 8 அங்குலம் நீளமிருக்கும்.

மூத்திர விஸர்ஜனம்

குண்டிக்காய்களிலிருந்து மூத்திரப் பைக்குள் விழுந்த மூத்திரம் சுமார் 4 மணிக்கொரு முறை மூத்திரப்பை கொஞ்சம் நிரம்பினதும் மூத்திரம் பெய்யவேண்டுமென்னும் உணர்ச்சி உண்டாகிறது. இதனால் நாம் மூத்திர விஸர்ஜனை செய்கிறோம். தின்னும், ஆகாரம், குடிக்கும் பான திரவியங்கள், தொழில், பழக்கம், காலம், முதலியவைகளினால் மூத்திர விஸர்ஜனை காலம் வித்தியாசப்படும். இவைகளை யனுசரித்து மூத்திரத்தின் அளவும் குணமும் வேறுபடும்.

மூத்திரம்

ஆகாரம் முதலியவைகளை யனுசரித்து இது பல ஜனங்களிடத்தில் பலவிதமாக இருக்கும். இதில் அதிக பாகம் ஜலமேயாகும். ஓர் விதமான மூத்திர சத்தும், சில உப்புச் சத்துக்களும் புளிப்புச் சத்துக்களும் கலந்திருக்கும். இதற்கு ஓர் விதமான மூத்திர வாசனையுண்டு. நிறத்தில் ஏறக்குறைய வைக்கோல் அல்லது வெண்மை மஞ்சள் நிறமாக இருக்கும். எந்தக் கல்மஷங்களும் இரா. கொஞ்சம் சிலேஷ்மம் கலந்திருக்கும். நாளொன்றுக்கு ஒருவன் முக்கால்படி மூத்திரம் பெய்கிறான்.

7. உற்பத்தி மண்டலம்

ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் சந்ததி விருத்திக்கென்றே ஜனனேந்திரியங்களுண்டு. இருப்பினும் இவைகளின் செய்கை ஆணினிடத்தில் சுமார் 18 வயது வரையிலும் பெண்ணி னிடத்தில் சுமார் 14 வயது வரையிலும் காட்டுவதில்லை. இந்த இந்திரியங்கள் மூத்திரக் கருவிகளோடு சேர்ந்திருக்கும். இந்த இந்திரியங்கள் வளருங்கால் சரீர மொத்தம் வளர்ந்து ஸ்திரீ புருஷர்களிடத்தில் காம இச்சை உண்டாகிறது. இரு வகுப்பினரிடத்தும் இந்த ஸ்தானம் வேறுபடும்.

உற்பத்தி மண்டலம் - புருஷர்கள்

இரு அண்டங்களும் இவைகள் தங்குவதற்குத் தசையாலும் தோலாலும் செய்த ஓர் பையும், ஒவ்வொரு அண்டத்திலிருந்து புறப்படுகிற ஓர் விந்து நாளமும் தங்குவதற் கென்றேயுள்ள ஓர் பையும் ஆண் குறியும் ஆண் உற்பத்தி மண்டலத்திற்குச் சேர்ந்தவை.

இவைகளில் அண்டங்கள் சுக்கில தாதுவுக்கு மூலஸ் தானமாகும். ஆண் குறிக்குக் கீழ்புறம் இரு துடைகளுக்கு மத்தியில் தொங்கும் ஓர் பையின் இரு பக்கங்களில் இரண்டு அண்டங்கள் இருக்கின்றன. இது வடிவத்தில் ஏறக்குறைய அண்டாகரமாயும் ஏறக்குறைய ஓர் ஜாதிக்காயின் ப்ரமாண முடையதாயிருக்கும். அண்டத்திலிந்து வெகு சூக்ஷ்மமான நாளங்கள் உற்பத்தியாகி இவைகள் ஒன்றாகச் சேர்ந்து அண்டத்தின் மேற்புறம் ஓர் பெரிய நாளமாகிறது. அண்டத்திலி ருந்து உற்பத்தியாகும் தாது இந்த நாளத்தின் மூலமாகப் போக வேண்டும்.

சுக்கில தாது நாளம்

இது அண்டத்தின் மேற்புறத்தில் தோன்றி அதன் பின்புறத்தில் போகிறது. இதோடு அண்டத்திற்கு சம்பந்தப்பட்ட நரம்புகளும் ரத்தநாடிகளும் போகும். இந்த நாளம் அண்டத்தை விட்டு வெளிப்புறமாகவும் மேற்புறமாகவும் போய் வயிற்றில் மத்திய ரேகைக்கும் புட்ட எலும்பின் எதிர் நுனிக்கும் மத்தியில் அடிவயிற்றிற்கு ஓரத்தில் அடிவயிற்றிற்குள் நுழைகிறது. இது அடி வயிற்றுக்குள் பிரவேசிப்பதற்கு முன்பாக சுமார் ஓர் அங்குலம் நீளமுள்ள சிறு கால்வாயில் போகும். இந்தக் கால்வாயின் உள் துவாரத்தின் மூலமாகத்தான் குடல் வாதத்தில் குடல் வெளிவருகிறது.

அடி வயிற்றுக்குள்ளே பிரவேசித்த இந்த நாளம் மூத்திரப் பையின் கீழ்புறமாக வந்து மூத்திரப்பைக் குழாய் ஆரம்ப ஸ்தானத்திலிருக்கும் பைக்குள் சேர்கிறது.

சுக்கில தாதுப் பைகள்

மூத்திரப்பைக் குழலின் ஆரம்பத்தின் இருபக்கங்களிலி ருக்கும் பைகள் பீஜத்திலிருந்து சுக்கிலதாது நாளமூலமாக வரும் சுக்லம் இவைகளில் தங்கும். இந்த பைகளிலிருந்து மூத்திரப்பைக் குழாய் அல்லது நீர்த் தாரையில் ஓர் சிறிய நாளமூலமாக விந்து விழும்.

சுக்கில தாது

இது பீஜத்தில் உற்பத்தியாகி ஓர் நாளம் மூலமாகச் சக்கில தாதுப் பைக்குள் தங்குகிறது. இந்த தாது சுமார் 16 வயதுக்கு மேற்பட்டு உற்பத்தியாகிறது. ஆயினும் அநேகமாக ஆண் வயதிற்கு வந்து 2-3 வருடங்களுக்குப் பிறகே இந்த விந்துவுக்கு உற்பத்தியாகுந் திறமையுண்டு. சிலருக்கு உற்பத்தியாகுந் தன்மையில்லாமலிருக்கக்கூடும்.

இந்த சுக்கில தாது ஆணுக்குப் பலமும், தைரியமும், ஆனந்தமும், ஆரோக்கியமும் தருகிறது. எல்லா விதமான சக்திகளும் இதிலடங்கியிருக்கிறதென்று சொல்லலாம். அகாலத்தில் விந்து நஷ்டமானாலும் சரியான வயதிற்கு வந்த பிறகும் மிதமிஞ்சி எந்தக் காரணத்திலாவது விந்து நஷ்டமானாலும் எல்லாவிதமான சக்தியும் சுகமும் நஷ்டமாகின்றன. ஆரோக்கியத்தையும் மற்ற சுகங்களையும் விரும்புகிறவன் தனது விந்து நஷ்டமாகாமல் காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

உற்பத்தி மண்டலம் - ஸ்திரீகள்

ஸ்திரீகளின் அடிவயிற்றில் மூத்திரப் பைக்கும் மலப்பைக்கும் மத்தியில் உற்பத்திக்குச் சம்பந்தப்பட்ட கருவிகள் தங்கும். கர்ப்பாசயமும் அதனிருப்பக்கங்களிலிருக்கும் சினைப்பைகளும், சினைப்பைகளிலிருந்து கர்ப்பாசயத்திற்கு வரும் நாதச் குழல்களும் யோனியும் ஸ்திரீ உற்பத்தி மண்டலமாயிருக்கும்.

கர்ப்பாஸயம்

இது யோனிக்கு நேராக அடி வயிற்றிலிருக்கும் ஓர் மாமிசப்பை. இதன் மேற்புறம் அகன்றும் கீழ்புறம் சுருங்கியுமிருக்கும். இதன் அளவு தேகத்தை அனுசரித்து வித்தியாசப்படும். சுமார் 4 அங்குலம் நீளமாயும் இரண்டரை அங்குலம் அகலமாயும் 1 அங்குலம் கனமாயுமிருக்கும் கர்பந்தரித்த பிறகு இதன் அளவு மாறும் இதன் முகம் உண்டையாயிருக்கும். இதில் சுருங்கிய ஓர் துவாரமுண்டு. இது மேற்புறத்திற்போய் கர்ப்பாஸயத்தின் குழிக்குள் பிரவேசிக்கும்.

முகத்தின் மேற்புறம் கொஞ்சம் சுருங்கியிருக்கும். இதுவே இதன் கழுத்துப் பாகமாகும். கழுத்தின் மேற்புறம்

கர்ப்பாஸயத்தின் உடலாகும். இது கீழ்ப்புறம் சுருங்கியும் மேற்புறம் அகன்றுமிருக்கும். உடலின் இரு பக்கத்தில் இரு துவாரங்களுண்டு. நாதக் குழல்கள் இரண்டு இவ்விடங்களில் சந்திக்கின்றன. இந்தத் துவார மூலமாகச் சினைப் பைகளிலிருந்து ஸ்திரீயின் விந்துவாகிய சோணித தாது கர்ப்பாசயம் வந்து சேர்கிறது.

நாதக் குழல்கள்

கர்ப்பாசயத்தின் மேற்புறத்தில் இரு பக்கங்களில் சேரும் நாளங்களிவை. இந்தக் குழலின் மற்றோர் முனை சினைப்பைக்கு ஒட்டியிருக்கும். இது சுமார் 4 அங்குல நீளமாயிருக்கும். இந்தக் குழலின் மூலமாக ஸ்திரீயின் தாது கர்ப்பாசயத்திற்கு வந்து சேர்கிறது.

சினைப்பைகள்

புருஷர்களுக்கு பீஜம்போலிருக்கும் கருவிகள் இவை. சினைப்பை ஏறக்குறைய ஓர் இலுப்பைக் கொட்டையை ஒத்திருக்கும். இது சுமார் ஒரு அங்குலம் நீளமாயும் முக்கால் அங்குலம் அகலமாயும் அரை அங்குலம் கனமாயுமிருக்கும். இது நாதக்குழலில் ஓர் முனைக்குக் கட்டப்படுகிறது. சூக்ஷ்மமான நாளங்களின் மூலமாக இதிலுற்பத்தியாகும் தாது நாதக் குழலுக்குப் போய் சேருகிறது.

சுமார் 14 வயது ஆனபிறகே சினைப்பைகள் வளர்கின்றன. இதுவே ஓர் பெண் புஷ்பதியாகும் காலம். புஷ்பவதியாயும் சில வருடங்களுக்குப் பிறகே ஸ்திரீ புருஷர்களுடைய தாதுக்கள் கலந்து பிண்டம் உற்பத்தியாக வேண்டும். ஸ்திரீயின் தாதுவாவது புருஷன் தாதுவாவது கெட்டாலும் இருவகுப்பினரின் தாது கெட்டாலும் பிண்டம் உற்பத்தியாவதில்லை.

8. நரம்பு மண்டலம்

நரம்பு சப்த தாதுக்களிலொன்று. இது தேகத்திலெங்கும் பரவியிருக்கிறது. சகல விதமான உணர்ச்சியும் நரம்புமூலமாக உண்டாகிறது. நரம்பு கெட்டால் எந்த உணர்ச்சியும் உண்டாவதில்லை.

நரம்புக்கு மூலஸ்தானம் தலையிலிருக்கும் மூளையும் அதிலிருந்து முள்ளந்தண்டிற்குள்ளே இறங்கும் நரம்புக் கொடியுமாகும். கண்ணால் காணமுடியாத பூதக்கண்ணாடியினாலேயே பார்க்கக்கூடிய சூக்ஷ்மமான ஓர் விதமான இலைப் போன்ற சாலங்களை மூளையிலும் முள்ளந்தண்டு நரம்புக் கொடியிலும் பார்க்கலாம். இவைகளை மூளையின் வெளிப்புறத்திலும் முள்ளந்தண்டுக் கொடியின் உட்புறத்திலும் காணலாம். இச்சாலங்கள் சாம்பல் நிறமுடையதாகையால் மூளையின் வெளிப்பாகம் சாம்பல் நிறமாயிருக்கிறது.

மூளையிலும் முள்ளந்தண்டு நரம்புக் கொடியிலுமிருக்கும் சாலங்களிலிருந்து கண்ணுக்குத் தெரியாத சூக்ஷ்மமான நார்கள் புறப்படுகின்றன. இம்மாதிரியான அநேக நார்கள் சேர்ந்து ஓர் பெரிய நாராகிறது. இவ்விதமான பல நார்கள் சேர்ந்து ஓர் நரம்புக் கொடியாகிறது. நரம்பு தத்துவத்திலும் மனோ தத்துவத்திலும் அநேக நாட்களாக அநுபவமுடைய வைத்திய நிபுணர்களே தெரிந்து கொள்ளக்கூடும். பல சாதனைகளின்றி இதையறிவது கஷ்டம். சாதாரண வாசகர்கள் தெரிந்து கொள்ளுமட்டும் சில விஷயங்களை இங்கு உரைப்போம்.

ஞானேந்திரிய கர்மேந்திரியங்கள், மனம், புத்தி இவைகளின் காரியங்களெல்லாம் நரம்பு மண்டலத்தின் சகாயத்தினாலேயே நடக்க வேண்டும். நரம்பு மண்டலம் கெட்டால் இவைகளெல்லாம் அல்லது இவைகளில் ஓர் பாகம் கெடும். மூளையிலிருந்தும் முள்ளந்தண்டு நரம்புக் கொடியிலிருந்தும் தோல் வரையில் பரவும் நரம்புகளின்

மூலமாக நமக்கு எல்லா விதமான உணர்ச்சியுமுண்டாக வேண்டும். ஆனால் நரம்போடு மனம் கலக்காமல் எந்த உணர்ச்சியும் உண்டாவதில்லை.

சாதாரணமாக நம்மை ஒருவர் தொட்டால் நமக்குத் தெரிகிறது. குஷ்டம் முதலிய வியாதிகளின் நரம்பின் செய்கை கெடுவதனால் தொட்டால் உணர்ச்சியுண்டாவதில்லை. நரம்பு கெடாமலிருந்தும் நமது மனம் ஏதோ ஓர் இடத்தில் இலக்ஷ்யமாக வைத்த காலத்திலும் நமக்கு உணர்ச்சியுண்டாவதில்லை. தூக்கத்தில் மனதடங்கியிருக்கும் காலத்தில் ஒருவர் நம்மைத் தொட்டால் நமக்குத் தெரிகிறதில்லை. காதும், கண்ணும், மூக்கும் மற்ற இந்திரியங்களும் தமது காரியங்களைச் செய்யா. அப்படியே நரம்பையும் இதன் உணர்ச்சியையும் கெடுக்கும் ஔடதங்களை உபயோகிப்பதினாலும் இச்சாலங்கள் கெடும். முள்ளந்தண்டு நரம்புக் கொடியிலிருந்து தோலுக்கு போகும் ஓர் நரம்பை அறுத்தால் தோலின் அப்பாகத்தைத் தொட்டால் உணர்ச்சியுண்டாவதில்லை.

ஒருவர் தொடுவதையறிவது போல் சீதம், சூடு, எரிச்சல், நோய் என்னும் தோலின் கார்யங்களும் நரம்பினால் தான் அறிய வேண்டும். நரம்பு கெட்டால் இக் குணம் தோலுக்கில்லை.

கேட்பதும், பார்ப்பதும், உருசியறிவதும், வாசனையும் நரம்பின் குணங்களாகும். இந்த ஞானேந்திரியங்களில் ஒவ்வொன்றுக்கும் தனியே நரம்புண்டு. அதனதன் நரம்பு கெட்டால் அதன் காரியம் நடவாது. இந்த இந்திரியங்களின் மற்றக் கருவிகள், அந்தந்த இந்திரியத்தின் காரியத்திற்கு சகாயமாயிருப்பினும் நரம்பே முக்கியமான கருவியென வேண்டும்.

சகலவிதமான கர்மங்களும் நரம்பே செய்ய வேண்டும். தாதுக்களெல்லாவற்றிற்கும் தலையாக நிற்கும் நரம்பின்றி எக்காரியமும் நடவாது. கண்ணைத் திறப்பதும், மூடுவதும்,

ஆட்டுவதும், வாயைத் திறப்பதும், மூடுவதும், விழுங்குவதும், பேசுவதும், மூச்சு வாங்குவதலும், விடுதலும், இருதயத்தின் சுருங்குதலும் விரிதலும் அன்னபானாதிகளின் சலனையும் அவைகளின் ஜீர்ணமும், மல மூத்திர விஸர்ஜனமும், ஸ்திரீ புருஷர்களின் ஜனனேந்திரிய காரியங்களும், கை கால்களை நீட்டுவதும், மடக்குவதும், ஆட்டுவதும், ஓடுவதும், நடப்பதும், உட்காருதலும், பிடிப்பதும் முதலிய எல்லா விதமான கையின் செயல்களும் நரம்புகளின் சகாயத்தினால் தான் நடக்க வேண்டும். இவைகளுக்குச் சம்பந்தப்பட்ட நரம்புகள், கெட்டால் இந்தக் காரியங்கள் நடக்கமாட்டா. மாமிசமும் மற்றத் தாதுக்களும், நரம்புக்குச் சகாயமாக இருத்தல் வேண்டும். நரம்பு சரியாக இருப்பினும் மாமிசம் முதலிய தாதுக்களுக்கு ஊனமிருந்தாலும் இக்காரியங்கள் நடவாது.

நரம்பு மண்டலத்திற்கும் மனோ புத்தியின் காரியங்களுக்கும் நெருங்கின சம்பந்தமுண்டு. மூளையும் மற்ற நரம்புகளும் கெட்டால் புத்தியும் மனமும் கெடும். ஞானேந்திரியங்களாகிய காது மூக்கு முதலியவைகளின் சக்தி நரம்புச் சக்திதான். நரம்பின் சக்தி குறைந்தாலும் விபரீதமானாலும் இந்த இந்திரியங்களின் காரியங்கள் கெடும். ஒவ்வொரு ஞானேந்திரியமும் பலமாயிருப்பின் புத்தி கூர்மையாக இருக்கும். புத்தியும் அதன் விசாரணை செய்யும் சக்தியும் நரம்பினுடையதாகும் அப்படியே தைர்யம் வீர்யம், அடக்கம், சாத்வீக குணம் முதலிய மனோ குணங்களும் நரம்புக்குச் சேர்ந்தவைகள். எந்தக் காரணத்தினாலாவது மூளை கெட்டால் மனமும் ஞானேந்திரிய, கர்மேந்திரியங்களின் செய்கைகளும் கெடுகின்றன. மூளைக்காவது, முள்ளந்தண்டு, நரம்புக்கொடிக்காவது அடிபட்டால் மயக்கமும், பிரக்ஞை தவறுதலும், கை கால்கள் அசைதல், வாக்கு, மலமூத்திர விசர்ஜன முதலிய காரியங்களும் கெடுகின்றதாகப் பார்க்கின்றோம். விபரீதமான எண்ணங்களினால் மனமும் புத்தியும் கெடுவதாகவும் மூளையும் நரம்புகளும் கெடுவதாகவும்

பார்க்கின்றோம். மூளையிலும் முள்ளந்தண்டுக் கொடியிலும் பலவித சக்திகளுடைய சக்கிரகளுண்டு. ஹடயோகிகளில் தோன்றும் விநோதமான சக்திகளெல்லாம் இந்த நரம்புச் சக்கிரங்களில் அடங்கி இருக்கின்றன.

பிரம்மச்சரிய விரதத்தினாலும் பிரணாயாமம் முதலிய தேகப்பயிற்சியினாலும் சுத்த யோசனையினாலும் சாத்வீகமான மிதாஹாரத்தினாலும் நரம்பின்பலம் விருத்தியாகும். ஸ்திரீ புருஷர்கள் தமது பிரஹ்மச்சரிய விரதத்தைக் கெடுத்துக் கொள்ளுவதனாலும், கள், சாராயம், காப்பி, டீ முதலிய லாகிரிப் பதார்த்தங்களை உபயோகிப்பதனாலும் அமிதமான ஆகாரத்தினாலும், ஸ்திரீ புருஷ போகத்தினாலும், துராலோசனைகளாலும் நரம்பின் பலம் குறையும். ஸ்தூல சரீரத்தின் பலத்திற்கும் மனோ புத்தியின் பலத்திற்கும் நரம்பின் பலமே மூல காரணமாகையால் நரம்பின் பலம் குறையாதவண்ணம் ஒவ்வொருவனும் எத்தனிக்க வேண்டும்.

மனோ தத்துவம்

ஆரோக்கியமாக இருப்பதற்கும் நோயை வரவழைப்பதற்கும் மனமே, காரணமாக்கும். இதுவரையில் விவரித்துள்ள எலும்பு, மாமிசம், ரத்தம் முதலியவைகள் கூடிய ஸ்தூல சரீரத்திற்கும் மனதிற்கும் நெருங்கின சம்பந்தமுண்டு.

ஏற்கெனவே மனம் ஆனந்தமாக இருக்கும், நோயும் வியாதியுன் மனத்தினதன்று. தைரியம், வீர்யம், ஆனந்தம் மனத்தின் குணமாகும். ஆனால் சேர்க்கை தோஷத்தினாலும் அஞ்ஞானத்தினாலும் மனம் தன்நிலை தவறிப் துன்பப்படுகிறது. பயம், ஆசை, சந்தேகம், விபரீதம், சபலம், முதலியவைகள் மனத்தின் நீச குணங்கள். அஞ்ஞானத்தினால் மனத்தின் இந்த நீச குணங்களுக்கு நாம் வசமாய் துன்பப்படுகின்றோம். ஞானம் உதயமாகுங்கால் மனம் நமது வசமாகும். அப்பொழுதுதான் நமக்குத் துக்கமில்லை, வியாதியில்லை. நமது சங்கற்பங்களாலே நாம் சுக துக்கங்களை அடைகின்றோம். "நான் மூடன்: நான் சக்தியற்றவன்: நான் நோயாளி; நான் பாபிஷ்டன்; நான் எப்பொழுதும் துன்பத்தை அனுபவித்தே தீரவேண்டும்'' என்றும் இத்தகைய நீசயோசனைகளினால் நாம் மூடர்களாயும் தைரியமில்லாதவர்களாயும், பலவீனர்களாயும், துன்பப்படுபவர்களாயும், நோயாளிகளாயும், கஷ்டப்படுகின்றோம்.

அற்ப ஜந்துவாகிய எறும்பையும், தேளையும் பாம்பையும், எலியையும், நாயையும் பார்த்து பயப்படுவதற்குக் காரணம் நமது அஞ்ஞானமே. பயமும் சந்தேகமும் நம்மை யமலோகத்திற்கு அனுப்புகின்றன. அற்ப நோய் வந்தாலும் அதை இடைவிடாமல் விபரீதமாக யோசித்து வருவதனால் நோய் பெருகுகிறது. நோய் அற்பமாயினும் அது தீராதென்று நம் எண்ணிக் கொண்டே வந்தால் அது அப்படியே முடிகின்றது. பெரிய நோயாயினும் அது அற்பமென்றும் அது தீருமென்றும் நாம் யோசித்துக் கொண்டே வந்தால்

அதுவும் அப்படியே முடியும். பக்கத்து வீட்டில் பெரியம்மையாவது வாந்திபேதியாவது கண்டிருந்தால் அது நம்மைப் பீடிக்கும் என்ற பயமே நம்மை பாதிக்கின்றது. ஒருவர் நமக்கு அன்போடு பால் கொடுத்த காலத்தில் அதை நாம் குடிக்கிற காலத்திலாவது குடித்த பிறகாவது அதில் விஷங்கலந்திருக்குமென்று நாம் விபரீதமாக யோசித்துக்கொண்டே வந்தால் அதனால் ஆபத்து சம்பவிக்கும். ஒரு வேளை ஒருவர் விஷம் கலந்து கொடுத்து உணவுப் பொருட்களை நாம் சந்தேகமும் பயமும் இல்லாமல் புசித்தால் அதில் ஆபத்தில்லை.

நம்பிக்கையே அனேக நோய் நிவாரணிக்குக் காரணமாகும். நோயாளிக்கு நம்பிக்கையுள்ள வைத்தியனிடத்திலோ மந்திரவாதியினிடத்திலோ சிகிச்சை செய்து கொண்டால் நோய் தீருகின்றது. வைத்தியனாவது மந்திரவாதியாவது எவ்வளவு நிபுணனாயிருப்பினும் அவனிடத்தில் பக்தியில்லாவிட்டால் நோய் தீருவதில்லை. விபூதியும், வேப்பிலையும், துளசித் தளமும், கங்கோதகமும், மஞ்சள் தண்ணீரும் நம்பிக்கையினால் தான் பலிக்கின்றன.

மனக்கவலையே அநேக தீராத நோய்களுக்கும் பைத்தியத்திற்கும் காரணமாகும். ஒருவனுக்கு ஓர் பெண்ணிடத்திலாவது பணத்திலாவது மற்ற ஏதேனுமோர் பொருளினிடத்தாவது இருக்கும் பலமான பற்றே அநேக நோய்களுக்குக் காரணம்.

பற்றற்ற மனமும், ராகம், துவேஷம், கவலை, பகை முதலியவைகளில்லாமல் சுத்தமான நிச்சிந்தையுடைய மனமும் சுக வாழ்க்கைக்கும் ஆசாபாசங்களால் தவிக்கும் மனம் துக்கத்திற்கும் ஏதுவாகும். அன்புடைய மனமே துன்பத்தை நாசப்படுத்தும்.

இவ்விதமான சூக்ஷ்ம மனோ தத்துவத்தை நன்குணர்ந்து வைத்திய சிகிச்சை செய்தல் வேண்டும்.

சாகாக்கலை

(உண்மை முக்தி நிலையை விளக்கும் நூல்)

ஆசிரியர்
வைத்திய ரத்தினம்
வி. பலராமய்யா, பி.ஏ., பி.எல்.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு)

முகவுரை

சாகாக்கலை **(The Art of Deathlessness)** என்ற ஒரு நூல் ஆங்கிலத்தில் இவ்வாசிரியரால் 1974ம் வருடம் வெளியிடப் பட்டது. இக்கலையைப் பற்றிப் பேசினால் மேனாட்டவர்கள் அதை விளக்கும் நூல்கள் ஆங்கிலத்தில் ஏதேனுமுண்டா வென கேட்பாராயினர். தமிழறியா மக்களுக்கு சித்தர்கள் கலையைப் பற்றி அறிவிப்பது நம் கடமையென்று மேற் சொன்ன நூல் ஆங்கிலத்தில் எழுதி வெளியிடப்பட்டது. ஆனால் ஆங்கிலமறியாத தமிழ் நண்பர்களில் சிலர் அந்நூல் தமிழ் மொழியிலும் வெளியிட வேண்டுமென ஆவலுற்றனர், ஆகவே இந்நூல் வெளிவர வாய்ப்பாயிற்று.

இந்நூலிலுள்ள கருத்துக்கள் யாவும் சித்தர்களுடைய தேயாகும். சித்தர் மொழிகளில் ஆழ்ந்த நம்பிக்கை ஆசிரியருக் குண்டானதற்கு சொந்த அனுபவங்கள் சிலவற்றினை இந் நூலில் குறிக்கோளாக எடுத்துக் காட்டியுள்ளது. அவர்கள் பாடல்களில் சிலவற்றை இந்நூல் இறுதியில் இணைத் துள்ளது. அவைகள் இந்நூலில் சொல்லப்பட்ட கருத்துக் களுக்கு மேற்கோள்களாக அமையும். அவைகளை ஊன்றிப் படிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.

நிற்க ஆசிரியர் வெளியிட்டுள்ள சித்தர் மெய்ப் பொருள், முப்பு, குரு, அமுத கலசம் என்ற நூல்களையும் இந்நூலுடன் படித்தால் ஏறத்தாழ சித்தர்கள் தத்துவம் முழுமையும் விளங்குமென்று ஆசிரியர் கணிப்பு.

உண்மை முக்தி நிலையைப் பற்றி சித்தர்கள் சொன்னது போல் மற்றெவ்வித நூல்களும் சொல்லவில்லை. செத்தால்

முக்தி கிடையாது: இறந்தவன் பிறந்துதானாக வேண்டும். ஆகவே உயிரையும் உடலையும் பிணைத்து ஞான சித்தியென்னும் உச்சமான நிலையைப் பெறுவதே உண்மை முக்தி நிலையாம். அவ்வுண்மை முக்தி நிலையடைய, அவர்கள் வகுத்த வழிகளை இந்நூல் சுருக்கமாகச் சொல்கிறது.

உண்மையை யறியாத பண்டிதர்கள், மேடைப் பேச்சாளர்கள், குருடனுக்கு குருடன் வழி காட்டியதுபோல் சில சாத்திரங்கள், புராணங்கள் முதலியவைகளை படித்துவிட்டு மக்களுக்கு கட்டுக்கதைகள் சொல்லி உண்மை வழியை நாட வாய்ப்பில்லாமல் செய்வதுமன்றி தன்னைத் தான் ஏமாற்றிக் கொள்கிறார்கள். "கண்டவர் விண்டிலர், விண்டவர் கண்டிலர்," என்னும் உண்மையை அவர்கள் அறிந்தார்களேயானால், கடவுளைப் பற்றி மேடைமேல் ஏறிப் பேச மாட்டார்கள். பதவி, பணம் படைத்த பாமரர்கள் கூட அம்மேடைகளில் தலைமை தாங்கி கேட்போரெல்லாம் முட்டாள்களென்ற கருத்துடன் தான் தயார் செய்து கொண்டு வந்த சில போலி கருத்துகளுக்கு மேற்கோள்களுடன் பேசிவிட்டு கடவுளைக் கண்ணாரக்கண்டவர் போல் பாவனை செய்துகொண்டு வெற்றி நடைபோட்டு வெளியேறுகிறார்கள். தாங்களும் சாத்திரம் அறியாத பாமர மக்களைப்போல் நடைப்பிணம் என்பதை சிந்தித்தார்களில்லை. சொல்பவனும் கேட்பவனும் ஒரே நிலையில் தானிருக்கிறார்களென்பது சிந்திப்போர்களுக்கு விளங்கும்.

தலையெது, கால் எதுவென்று தெரியாதவர்களை (தலை கால் தெரியாது, ஆடுகிறான் என்பது முதுமொழி) மகான்களென்றும், ஞானிகளென்றும் போற்றி அவர்கள் துர்நாற்றமுள்ள கால்களை தண்ணீரால் அலம்பி குடிக்கவும் செய்வதை அறிவாளி பார்த்தால் கண்ணீர் வடிப்பானென்பதில் ஐயமில்லை. "காலறியா பண்டிதர்கள் பொய்க்காலைக் காட்டி பொருள் பறிப்பார்" என்று சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். எட்டிரண்டு தெரியாத மேடைப் பேச்சாளர்கள், எழுத்தாளர்களெல்லாம் அறிவீனர்களென்கின்றனர் சித்தர்கள்.

தமிழ் மொழியின் மேன்மையைப் பற்றி பேசும் போது இயல், இசை, நாடகத்தைப் பற்றியே புலம்புகின்றனர். தமிழ் மொழி உண்மையில் மற்ற மொழிகளைக் காட்டிலும் (சமஸ்கிருதம் தவிர) உயர்வானது தான். காரணம், அதில் ஓர் கலை ஆழ்ந்து கிடக்கின்றது. அதுதான் சாகாக்கலை. தமிழ் மொழியைப் போல் வேறெம் மொழியும் இனிக்காது: அது தேன் மொழி: தெய்வத் தாய்மொழி என்றெல்லாம் புலவர்கள் பேசுகின்றனர்: ஏன்? ஆரவாரம் செய்கின்றனர்.

ஆனால் முதல் எழுத்தான அகரம், கடை எழுத்தான ஃ இவைகளின் பொருள் என்னவென்பதை ஆராய்ச்சி செய்தார்களில்லை.

உண்மை முக்தி நிலை எது? அதை எப்படி அடைவது என்னும் கேள்விக்கு பதில் பெற சித்தர்கள் வகுத்த வழிகளைப் பின்பற்றுதல் வேண்டும். அவர்களால் வரையறுக்கப்பட்ட ஒழுக்கங்களைப் பின்பற்றினால் அவர்களே வந்து வழிகாட்டுவாரென்று நூல்கள் சொல்கின்றன.

தமிழ் மொழியின் சிகரமான சாகாக்கலையைப் பற்றி அப்பொழுதே விளங்கும்.

சித்தர் நூல்களின் ஆய்வினால், ஆராய்ச்சியினால் ஆசிரியர் அடைந்த அனுபவங்கள் அரிச்சுவடியென்றே சொல்லலாம். உண்மை முக்தி நிலை வழியில் சிறு சிறு அனுபவங்களோடு, ஆசிரியர் நிற்பதன்னியில் மேற்சொன்ன அனுபவங்கள் அடைய சித்தர்களை எப்போதும் வணங்கி வருவதுண்டு. மரணமற்ற நிலையைப் பெற அவர்களுடைய தயவு இருந்தாலொழிய நாமாகவே ஒருபடியும் மேலேற முடியாது என்பது ஆசிரியர் கருத்து

ஆகவே சாகாக்கலையை அறிந்து அதைப் பெற சித்தர்களை வணங்குவோமாக.

R. அஞ்சனாதேவி
ஆசிரியரின் மகள்

செத்தபின் முக்தி ஏது ?

அத்தியாயம் 1

'ஓ' என்ற எழுத்துக்கும், அ, உ, (எண்ணில் எட்டு - இரண்டு) என்று எழுத்துகளுக்கும் பொருள் தெரியாதவர்கள் தமிழ் மொழியின் சிறப்பை அறியாதவர்கள். அப்படிப் பட்டவர்கள் அஞ்ஞானிகளென்று சித்தர்கள் சொல்லு கின்றனர்.

ஆயினும் புலவர்கள் தமிழ் மொழியைப் பற்றி பேசும் போது தமிழில் இயல், இசை, நாடகம் உள்ளன: வேறெம்மொழியிலும் இவை கிடையா: ஆகவே தமிழ் எல்லாமொழிகளுக்குள் சிறந்ததென ஆரவாரம் செய்கின்றனர்.

சிலர் தமிழ்மொழியே தெய்வமென்று வெத்துப் பாட்டு பாடுகின்றனர். அரசியல்வாதிகள் தங்கள் கிளர்ச்சிகளுக்கு அம்மொழியை ஓர் ஆயுதமாக உபயோகிக்கின்றனர்.

இயல், இசை, நாடகம் வேறு மொழிகளிலும் உள்ள தென்பதை அறிந்தாரில்லை. ஏனெனில் பிற மொழிகளை அவர்கள் ஆராய்ந்தார்களில்லை.

தமிழ் மொழி மிக மிக சிறந்ததென்பதில் ஐயமில்லை. ஆயினும் அதன் சிறப்பு அதில் ஆழ்ந்து புதைப்பட்டுக் கிடக்கும் ஓர் கலையினாலாகும். அதைப் பற்றி ஒரு சிலரே அறிவார்களென்பதை நாம் நிச்சயமாகச் சொல்லலாம். அக்கலையை அறியவே தமிழ் மொழியை கற்றல் வேண்டும்.

அக்கலையே சாகாக்கலை

வடமொழியிலும் அக்கலை புதைபட்டுக் கிடந்துள்ளது தமிழ்ப்புலவர்களைப் போல் அதைப் பயின்றோர் அக்கலையைப் பற்றி ஆராய்ந்தார்களில்லை.

அறிஞர்கள் மரணமின்றி வாழலாமென்றும், அம்மரணத்தை சுலபமாக நீடூழி காலம் வரை தவிர்க்கலாமென்றும் உறுதி கூறுகிறார்கள். ஆகவே இந்நூல் வேத ஆகம புராணங்களின் சாரமான சாகாக் கலையை விளக்குவதாகும்.

"உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவார்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவு மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே"

என்கிறார் - திருமூலர்

உடல் அழிந்தால், அதாவது, உடல் பிணமாக விழுந்தால், உயிர் அதனை விட்டுப் பிரிகிறதென்பதாம் உயிர் போனபிறகு உடல் பிணமென்னும் பெயரடைகிறது. உடலும் உயிரும் போனபின் ஒருவன் உண்மை ஞானம் பெற முடியாது. உண்மை ஞானத்தையடைய உயிரும் உடலும் வேண்டும். ஆகவே உடம்பை வளர்க்க ஓர் உபாயம் கண்டு கொண்டேன். அவ்வுபாயத்தைக் கொண்டு உடம்பை அழியா நிலைக்கு உயர்த்தினேன் என்கிறார் திருமூலர்.

உயர்த்தினேன் என்கிறார் திருமூலர்.

அது எப்படியெனில் உடலையும் உயிரையும் இணைத்து வளர்த்தேன் என்கிறார். இந்தப் பாடலின் பொருளை நாம் ஊன்றி சிந்திக்க வேண்டியுள்ளது. உடலும் உயிரும் போய்விட்டால் மெய்ஞ்ஞானம் அடைய முடியாதென்று அழுத்தம் திருத்தமாய் சொல்கிறார் திருமூலர்.

அவர் மூவாயிரம் வருடங்கள் உடலுயிரோடு வாழ்ந்தாரென்பது மரபு. அதில் நாம் சந்தேகம் கொண்டால் சைவ சித்தாந்தாத்திலேயே சந்தேகங் கொண்டவர்களாவோம்.

இங்கு மற்றொரு பாடலைக் குறிப்பிடத்தக்கது

"உடம்பும் உடம்பும் உடம்பைத் தழுவி
உடம்பிடை நின்ற உயிரை அறியார்

உடம்பொடு யிரிடை நட்பறியாதார்
மடம்புகு நாய்போல் மயங்கு கின்றாரே'

- திருமூலர்

என்னும் பாடலில் நாம் அறிவது என்னவெனில் உடம்புக்கும் உயிருக்குமுள்ள நட்பை அதாவது இயற்கையின் சேர்க்கையை நாம் அறியாமற் போயின் நாய் போன்றவர் களாவோமென்று சொல்கிறார் திருமூலர். உடம்பு உடம்பைத் தழுவி என்ன பலன் என்கிறார். உடம்பினுள்ளிருக்கும் உயிரை அறிந்தாலல்லவா ?

இப்படிச் சித்தர்கள் நூல்களில் பல பாடல்கள் நாம் காண்கிறோம். முழுக்க முழுக்க ராமலிங்க வள்ளலார் மரணமிலாப் பெருவாழ்வைப் பற்றியே வலியுறுத்தினார். 'சாவையும் பிறப்பையும் தவிர்த்திட விரும்பீர்' வையகத் தேயுறு மரண வாதனையைத் தவிர்த்த வாழ்க்கையதே வாழ்க்கை என்றெல்லாம் பறை சாற்றினார்.

உறியில் தயிருள்ளது: மத்தும் உள்ளது: கடைந்து வெண்ணெய் எடுத்து உண்ணாது வெண்ணெய் கலைந்து போக விடுகிறீர்களே! ஐயோ! காலன் வந்தால் இறந்துவிடப் போகிறீர்களே என்கிறார் கருவூரார். கீழே பாருங்கள்

உறியிற் றயிரிருக்க வோர் மத்திருக்க
அறியாமல் வெண்ணெய்க் கலையும் நெறியாய்க்
கறந்து கொள்ளல் விட்டய்யோ காலனார் வந்தால்
இறந்து விடப் போறீ ரினி - என்கிறார்.

செத்து விட்டால் சிவத்தை எங்கு பார்ப்பது? மக்கள் சவத்தையல்லவா பார்ப்பார்கள். ஆகவே சாவைத் தவிர்த்துத்தான் சிவ பாதமடைய வேண்டுமென்கின்றனர் சித்தர்கள்.

சாவானது இயற்கைக்கு கொடுக்க வேண்டிய கடன் எனச் சொல்லப்படுகிறது. அற்ப ஆயுளுடைய தாய் தந்தையின் எதேச்சையான சேர்க்கையின் காரணமாக

இயற்கையின் நியதிப்படி தோன்றி தனக்கேற்ற இயற்கை உணவு கொண்டு வளர்ந்து, கடைசியில் இயற்கை தன் முழு கடனுக்காக அவனுடைய உயிரை கவர்ந்து கொள்ளும்போது இறக்கிறான்.

உடலின் சத்தும் அதன் உழைப்பும் சீக்கிரத்திலோ தாமதமாகவோ நிலை கொள்ளாது உருவத்தை அழித்து அதன் உறுப்புகளை வெவ்வேறாக்கும் மனிதனின் நிலையற்ற தன்மை வாழ்க்கையில் ஒரு வெறுப்பை உண்டு பண்ணுகிறது. இவ்வெறுப்பானது, தினமும் உலகத்தில் எங்கு நோக்கினும் காணப்படும். வாழ்க்கை போராட்டம்: முதுமையின் கஷ்டங்கள்: சாவின் அவதி, இவைகளால் இன்னும் அதிகமாகிறது.

இக்கேடுகள் எல்லாம் வினைப்பயன் என்று சமாதானம் செய்து கொள்வது அறிவாளிக்கு எளிதல்ல, ஏனெனில் அதை எப்படி விளக்கினும் அனுபவித்தேயாக வேண்டியுள்ளது. சாவு என்பது திடீரென வாழ்க்கையை முடிவு செய்வதை சிந்தித்தால் "இந்த கோரமான, பயங்கரமான சாவை அடியோடு ஒழிக்க முடியாவிடினும் தவிர்க்க முடியாதா," எனும் கேள்வி அறிவாளிக்கு எழுகிறது.

இக்கேள்விக்கு சித்தர்கள் தான் அழுத்தம் திருத்தமாய் "முடியும், சாவு தவிர்க்கக் கூடியதே." என்று சொல்கின்றனர் உடலை வலிவு பெறச் செய்து அதாவது காயசித்தி செய்து அதனால் மறுமலர்ச்சி உண்டாக்கி கால வரம்பின்றி சாவைத் தவிர்த்து உலகில் வாழலாம்: அல்லது உடலை சூக்குமமாக்கி பிரணவ தேகமாக்கி, ஞானதேகம் பெற்று பேரொளியில் கலந்து ஆனந்தமயத்தில் நிறைவு பெறலாமென்கின்றனர். இதுவே மாற்றிப் பிறப்பதாம்.

இவ்விரண்டினுள் சாவு நீங்கிய நிலையில், சித்தர்கள் இவ்வுலகில் தங்களால் ஆகவேண்டிய காரியம் ஏதேனு மிருந்தாலொழிய தூல உடலுடன் இவ்வுலகிடை வாழ்வார் களேயல்லாமல் இரண்டாவதாக சொல்லப்பட்ட கடவுள் தன்மையை யடைவதையே விரும்புவார்கள்.

ஆகம உபநிஷத்துக்களின் கருத்துகளுக்கு ஏற்றவாறு மறுபிறப்பு உண்டென்பதை சித்தர்கள் ஏற்றுக் கொண்டாலும் தூல உடலை மாற்றி மறுமலர்ச்சி யடையச் செய்தவனுக்கே மேற்கூறிய நிலைகள் எய்துமென்றும் இயற்கைக் கடனான மரணத்தில் மோட்சமுண்டென் பவனுக்கு விடுதலை கிடையாதென்றும் கூறுகிறார்கள். இவ்வித மறுமலர்ச்சி பெற்று வாழ்பவர்கள் இருக்கிறார் களாவென்னும் கேள்வி நம்முள் உதிக்கிறது.

நம் நாட்டிலேயே சாவைத்தவிர்த்த ரிஷிகளும் முனிவர்களும் பலர் உள்ளனரென்பதை அறிந்தவர்களுக்கு மேற்படி கேள்வி உதிக்காது. ஆகவே பிறந்தோரெல்லாம் இறந்தே தீரவேண்டுமென்னும் மொழி தவறு என்பது நாம் உணரவேண்டியுள்ளது.

சித்தர்களின் கருத்துப்படி எவ்வளவு புனிதமான பிறப்பு எய்தினும், இறப்பின் பிடியில் அகப்பட்டால் பிறப்பு இறப்பென்னும் சுழலில் சக்கி சுழன்று கொண்டேயிருத்தல் வேண்டும்.

இருந்திருந் தேமமெல்லா மிறந்தபின் சவமேயாச்சு
திருந்திட நின்ற நந்திதிரும்பியும் பிறப்பானப்பா
பொருந்திடும் ஞானமின்றிப் போனவர்
பிறப்பாரென்பார்
வருந்திடு மறிவின் வித்தை மாயத்தை
காணார்தானே
மாயத்தைக் கண்டசித்தர்மதியதைப் பெருக்கிக்
கொண்டு
காயத்திலிருக்கும்போது கர்த்தனைக்கலந்து
கொள்வார்
நேயத்தை விட்டபோது நேர்சிவந்தன்னிற் சேரார்
மாயத்தைக் கண்டு சூட்சவாசியில் வாழுவாரே

(சுப்பிரமணியர் ஞானம்)

என்பதை அறிக

உடம்பின் மறுமலர்ச்சியால் தான் மரணத்தைத் தவிர்க்க முடியும். இயேசுநாதர் வான் நோக்கி கிளம்பிச் சென்றதாக கூறப்படுவது ஒரு உண்மை சித்தனின் அடையாளமாகும். அதைப்போன்றே வள்ளலாரும் பூட்டிய அறையிலிருந்து மறைந்தார்.

இதற்கு மாறான கருத்துள்ளவர்களின் கூற்றையும் நாம் கவனிக்கற்பாலது. இவர்களில் பெரும்பாலோர் சித்தர்கள் போலவே மறுபிறப்பை ஒத்துக் கொள்பவர்களே. ஆனால் பிறந்தவன் மரணத்தினின்று தப்பிக்க முடியாதென்றும், பிறப்பு இல்லாவிடில் இறப்பு இல்லையாகையால் சாகாதிருக்க வேண்டுமாயின், பிறவாதிருக்க வேண்டுமென்று வாதம் செய்கிறார்கள் ஆனால் நம் முயற்சியின்றியே, நாம் பிறவி எடுக்கிறோமே அதை எப்படி தவிர்ப்பது என்று கேட்டோமானால் அதற்கு அர்த்தமற்ற விளக்கங்களே வெளிவருகிறது. ஆண் பெண் சேர்க்கையென்னும் பிறப்பின் வேரை அறுத்து உலகத்திலிருந்து பிறப்பை ஒழித்து சாவென்னும் பயங்கரத்திலிருந்து விடுவிக்கவும் முற்பட மாட்டார்கள். ஆனால் அதற்கு மாறாக அவர்கள் உற்பத்தியில் அதிகமான வேகம் கொண்டவர்களென்றே சொல்ல வேண்டியுள்ளது. இன உறவினால் மறு பிறப்பை அடைந்து ஆத்ம ஞானத்தையடைந்து பிறகு உடலை விட்டு இறப்பதே மறுபிறவி எடுக்காதிருக்க வழி என்றும் சொல்லுகின்றனர். அதாவது ஒருவர் எவ்வளவு ஞானவானாயினும். அந்த ஜன்மமே அவனுக்கு கடைசி ஜன்மமாயினும் அவன் மறுபிறப்பு எடுக்காதிருக்க செத்துத் தானாக வேண்டுமென்று சொல்கின்றார்.

ஆனால் இவ்வித முக்திநிலை இவ்வுலகத்தோர் காணக் கூடியதல்ல.

இக்கருத்துக்கு மாறாக உண்மை ஞானமடைந்தவனுக்கு தூல உடல் இல்லையாகையால் அவனுக்கு இறப்பில்லை. பிறப்புமில்லையென்று அறிஞர்களாகிய சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். இறந்த பிறகு சாவில்லாத ஓர் நிலை ஒருவர்

அடைகிறானென்றும் வாதம் சித்தர்களால் முழுக்க முழுக்க புறக்கணிக்கப்பட்டதாகும். காரணம், ஒரு உடல் பிணமாக விழும்போது அதனுள்ளிருக்கும் உயிர் முன் கூட்டியே வேறொரு உடலைப் பற்றிக் கொள்கிறதென்றும், இறந்தபிறகு மறு உடலில்லாமல் செய்துகொள்வதென்னும் வாதம் வீண்வாதமென்றும், பொருளற்றதென்றும் சொல்கின்றனர்.

உலக அனுபவப்படி முதலில் பிறப்பில்லாவிடில் சாவில்லை. ஆனால் இதற்கு மாறாக சாவில்லாவிடில் முன் பிறப்பு இருந்திருக்க முடியாதென்னும் கருத்து சரியில்லை. ஏனெனில் ஜீவன் முக்தனாய் உடம்புடன் வாழ்ந்து பரமுக்தனாய் மறையும் சித்தனுக்கு சாவில்லாவிடினும் பிறப்பு இருந்திருக்கிறது. அன்றியும், இறந்தோரெல்லாம் பிறந்தவர் களாதலால், பிறந்தோரெல்லாம் இறப்பவர்களேவென்னும் வாதம் தவறானதாகும்.

இப்பிறவியிலேயே ஒருவன் மறுபிறவி அடையாத ஜீவன் முக்தனானாலும் பிறவி எடுத்த காரணத்தால் இறந்து படவேண்டுமென்று வைதீகர்கள் சொல்கிறார்கள். அவன் இப்பிறப்பில் செய்த சாதனைகள் சாவிற்குப்பிறகு முக்தியடைய உதவும் என்றும் சொல்வர்.

சுத்த சித்த மார்க்கத்தின் படி அப்படிப்பட்டவன் முக்தனல்ல சிவன் முக்தி ஒருவன் அடைவதென்பது இவ்வுடம்பு இருக்கும்போதேதான். அப்படிப்பட்டவனுக்கு மற்றொரு பிறவி இல்லாமை மட்டுமல்ல: நிச்சயமாக இவ்வுடம்பு இறவாநிலை அடைவதேயாகும்.

ஏனெனில் முக்தியடைந்தவன் உடலும் உயிரும் பிரிக்க முடியாதவாறு இணைந்திருக்கும். அவன் உடல் மற்ற சீவராசி களைப் போல் கஷ்ட நஷ்டங்களுக்கு அப்பாற்பட்டதாகும். அவன் தன் உடலை அமலமாக்கிக் கொண்டவன்: உடலை அமர தேகமாக்கிக் கொள்ளும் இரகசிய உபதேசத்தை தன் குருவிடம் பெற்றவன். அவன் இவ்வுலகத்தில் அதீதமான சூக்கும உடம்புடன் இருந்து பிறகு வெட்டவெளியில் கலந்து ஆனந்தமயத்தையடைவான். உடலை பிணமாகவிட்டு பிறகு

முக்தியடைவதே வழியென்று சொல்பவன், மேலே நாம் சொன்ன விடுதலையடைந்து ஆத்ம ஆனந்தத்தை பெறும் நிலையை அறிந்து கொள்ள முடியாது சித்தர்கள் கருத்தில் ஒருவன் எவ்வளவு அறிவாளியாயிருப்பினும் பிணமாக அவன் உடலை துறந்தவன் முக்தனாக முடியாததாம்.

நடைப்பிணங்களை மாமேதையென்றும், பேரறி ஞனென்றும், ஞானியென்றும், மகானென்றும், மகா வீரனென்றும், அவர்கள் சாவினால் உலகத்துக்கு ஈடு செய்ய முடியாத நஷ்டமுண்டாகிவிட்டதென்றும் பேசும் போலிகள், கபடதாரிகள், மேற்சொன்ன விருதுகளின் உண்மைப் பொருளை அறியா மூடர்களென்று சித்தர்கள் சொல் வராயினர்.

ஒரு உண்மை முக்தன் உண்மை சித்தனாவான். அவன் மரணத்தை வெளிப்படையாக வென்றவன். பிறப்பு இறப்பு என்னும் சூலத்திலிருந்து விடுபட்டவனே உண்மை முக்தியடைந் தவனாக கொள்ளல் வேண்டும்.

இறக்கும் முன்னரே ஒருவனுக்கு மற்றொரு உடலில் வாசனை ஏற்பட்டு விடுகிறதென்பர். ஏனெனில் உயிர் புது உடம்பின் பற்றுதலான பிறகே பழைய உடம்பை விடுகிறது. தூல உடலால் காப்பாற்றப்பட்ட உயிர் தற்போது காவல் செய்யும் தூல உடம்பு காலகதியால் விழும் போலிருந்தால் தன் காவலுக்கு மற்றொரு தூல தேகத்தைத் தேடிக்கொள்ளா திருக்காது.

ஒருவன் தன் வீட்டை காலி செய்ய வேண்டிய நிலை ஏற்படின் மற்றொரு வீட்டை அமர்த்திக் கொண்டு தானே முன் வீட்டை காலி செய்ய முடியுமென்கிறார் வள்ளலார்.

அசுத்த பொருளுக்கு என்றும் அழிவு உண்டு. சுத்தமானதற்கு அழிவில்லை. அசுத்தமான தூலத்தை அமிலமாக்கி அமிலமாகவிருக்கும் சூக்குமத்தில் தூலத்தை இணைக்கும் தந்திரத்தை அறிந்து கொள்ள ஓர் உண்மை முக்தனின் உதவி அவசியமாகும். இதைத் தான் திருமூலர் உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் மறிந்தேனென்கிறார்: அதோடு

நில்லாமல் உயிரையும் வளர்த்தேனென்கிறார். உடம் பொடுயிரிடை நட்பரியா தார் நாய்க்கு ஒப்பாவர் என்கிறார்.

உடம்பின் அசுத்த மாயை எவ்வளவு அழுக்கற்றதாயினும் அதன் இயற்கையான அழிவை தவிர்க்க முடியாது: மரணத்திற்குட்பட்டேயாக வேண்டும் ஆனால் அப்படிப்பட்டவனுக்கு மறுபிறப்புகள் பல இல்லாமல் உண்மையான சித்தமார்க்க முக்தனை அடையத் தூண்டி சாவைத்தவிர்க்கும் வழியைக் காட்டுமென்க.

அசுத்தமாயை சுத்தமாயை நிலையை அடைந்ததும் மரணம் தவிர்க்கப்படுகிறது.

இவ்வித அழிவற்ற உடலை "பிரணவதனு" என்பர்: பிரணவதேகமென்பர். அப்படிப்பட்ட உடல் தன் நோக்கத்தை நிறைவேற்றிக் கொள்ளத் தகுதியாகிறது. பிரணவ தேகமுள்ளவனை ஜீவன் முக்தனென்றும் சொல்வர் இப்படிப்பட்டவன் அசுத்தமாயை நிறைந்த இவ்வுலகத்திலும், சுத்தமான தேவ உலகிலும் தொடர்புள்ளவனாவான்: ஆனால் அவனுக்கு இவ்வுலக வாசனை சிறிது காலமே. ஏனெனில் அவன் நிரந்தரமான ஆத்ம விடுதலைப் பெற உள்ளவன் இந்த பரம முக்த விடுதலை நிலையில் அதிசுத்தமான ஒளிவீசும் உடலுடன் (ஞானதேகம்) இவ்வுலகத்தில் தொடர்பை முழுவதும் விட்டுவிடுகிறான். இவ்வுலகில் ஆத்ம ஞான மார்க்கத்தில் சாதனை புரிவோருக்கு உதவுவதற்காக அவ்வித முக்தன் பிரணவதனுவுடன் இருப்பதுண்டு. அது முடிந்ததும் தன் உடலுடன் பட்டப்பகலில் வெட்டவெளியில் கலந்து மறைந்து விடுகிறான்.

மனித உடல் சுத்தியாகி புதியதொரு சரீரமாக மாறி சுத்தமான உயிருடன் கலந்தவுடன் சாவு தவிர்க்கப்படுகிறது உடலும் உயிரும் வெவ்வேறாக இருக்கும் வரையில் மறுபிறப்புக்கு அந்நிலை வழிதேடும் வகையில் அமைகிறது.

செத்தவன் சாகா நிலையடைகிறானென்று சொல்வது மடமை. உயிர் என்பது மரணமற்றது. எப்போதும் அது

சாகாது. உடலை விட்டுப்போன உயிர் சாகா நிலை அதாவது முத்தி அடைகிறதென்பது முரண்பாடான பேச்சு ஆகவே உடலை அமலமாக்கி உயிருடன் பிணைத்து ஒன்றாக்கி மறுமுறை இரண்டும் பிரியாத வண்ணம் அதாவது மரணத்தை தவிர்ப்பதே சித்த முறையாம்: உண்மை முக்தி நிலையாம்.

பாவத்தின் பரிசு மரணம். மரணம் ஓர் சோதனை யென்கிறார் வள்ளலார். மரணமடைந்தவன் பாவ புண்ணியம் என்னும் இவ்வினைக்குட்பட்டவனாகும். இவ்விரு வினையையும் அனுபவிக்க அவன் உயிர் மற்றொரு உடலைப் பற்றியேயாக வேண்டும். அப்படி இருக்க இறந்து பட்டவன் மோட்சமடைகிறானென்னும் கூற்று விவேகமற்றது.

ஆகவே மரணமற்ற நிலையையடைய சில சாதனங்கள் அவசியமாகின்றன. அந்தச் சாதனங்கள் யாவை? எப்படிச் செய்வது?

ஆசையற்ற இடமே அத்வைதம், உலக இன்ப துன்பங்களிலுள்ள ஆசாபாசங்கள் அற்றுப்போக கற்பம் உண்ணவேண்டும். உடலை அமலமாக்கின் இருள் தேகமான இவ்வுடலுள்ள அழுக்குகள் வெளியேற்றப்பட்டு ஜீவ அணுக்கள் கட்டுப்படுகின்றன. புத்தம் புதிதான சீவ அணுக்கள், உடலில் பரவுகின்றன மனம் தெய்வீகத்தில் திசை திரும்புகிறது! அசுத்த உடலினால் அதாவது இருள் தேகத்தினால் நவதுவாரங்கள், கபத்தினால், மூடப்பட்டு, தசவாயு தன்னிலையில் இயங்காது மனோசஞ்சலங்களை உண்டாக்குவதல்லாமல் ஆசாபாசங்களில் ஆசையைத் தூண்டி சுகதுக்கங்களை அனுபவிக்க நேரிடுகிறது. சுத்த சரீரமுடையவர்களுக்கு இவ்வித சலனங்கள் உண்டாக்காது ஒரு கால் பூர்வ வாசனையால் உண்டானாலும் ஒரு நிமிடத்தில் தன் உண்மை நிலையை உணர்ந்துவிடுகிறான். தன்னை தான் உணர்ந்து ஆசாபாசங்களில் தடுக்கி விழமாட்டான். அப்படிப்பட்டவன் எப்போதும் சிவமோனத்தில் லயிக்கிறான். அக் காரணத்தால் ஜீவ அணுக்கள் தெய்வீகத் தன்மையடைகிறது. தான் நினைத்த

காரியம் முடிகிறது. தேகம் பல மாறுதல்கள் அடைந்து பிரணவ தேகமடைந்து ஞான தேகம் பெற்று ஞான சித்தியடைகிறான். ஒருவனுக்கு ஞானதேகம் கிட்டினால் ஞானசித்தி கிட்டுவது சுலபமாகிறது. வெறும் லோகோ ஞானமுடையவன் அல்லது சாஸ்திர ஞானமுடையவன் மிருகங்களைப் போல் பசி, பிணி, மூப்பு, மரணம், மறுபிறப்பு முதலிய சுழலில் சிக்கி அவதியுறுகிறான். மரணத்தைக் கொல்லும் சக்தி அவனுக்கில்லை. மரணம் அவனைக் கொல்கிறது. எவ்வித சித்தியும் அவன் பெறமுடியாமல் சாகிறான்.

இவ்வித தேவநிலையடைய ஆங்காங்கு சுற்ற வேண்டாம் இருந்த இடத்திலிருந்தே அதைப் பெறலாமென்கிறார் குதம்பை சித்தர்.

"இருந்தவிடத் திலிருந்தே யறியாமல்
வருந்தித் திரிவதென்னோ - குதம்பாய்
வருந்தித் திரிவதென்னோ
காசி ராமேசுரம் கால்நோவச் சென்றாலும்
ஈசனைக் காணுவையோ - குதம்பாய்
ஈசனைக் காணுவையோ - என்பதைக் காண்க."

அதற்கு மாறாக உடல் அமலமடைந்தவனுக்கு பல விதமான சித்திகள் தானாகவே உண்டாகின்றன. அஷ்டமா சித்திகளும் பெறுகிறான். உடலின் தோற்றம் முதலில் எல்லோரைப் போல் தோன்றினும் பலவித ஆச்சரியமான மாறுதல்கள் உட்புறத்தில் ஏற்படுகின்றன. வெளித்தோற்றத் திலும் சில மாறுதல்களைக் காணலாம். நரை, திரை மாறும் பழைய நகங்கள் கழன்று புதிய நகங்கள் தோன்றும். கைகால்களில் சட்டை கழலும். இம்மாறுதல்கள் உடலில் புத்தம் புதிய சிவ அணுக்களின் இயக்கத்தால் ஆவனவாகும். இம்மாறுதல்கள் கர்ப்பாசயத்தில் நேரும் மாறுதல்கள் போன்றது.

இப்புது அவயவங்களின் உதவியாலும் சுலப சாதனைகளின் உதவியாலும் தூலம் சூக்குமத்திலும், சூக்குமம்

அதி சூக்குமத்திலும் ஒன்றிலொன்று அடங்கிலயிக்கும் அழியும் உடலை அழியாததாக செய்யும் வழி அசாதாரணமானதும் இரகசிய மானதுமாகும். இதனால் உடற்கூறுகள் சுத்தியாகி, தம் இயற்கைத் தொழில்களிலிருந்து சிறிது சிறிதாக விடுபட்டு உலகப் பொருள்கள் எதுவும் தேவையற்றதாகிவிடும். இவ்வித மாறுதல்கள் ஒன்றின்பின் ஒன்றாய் அடைந்து அவன் உடல் பார்வைக்கு தூலமாய் தோன்றினாலும் நிழல் விழாது; அவன் கால்கள் பூமியில் படாது. ஸ்பரிசத்துக்கும் அப்பாற்பட்டதாகிவிடும். கடைசி நிலையில் பாமர மக்களின் கண்களுக்கு புலப்படாத அதிசூக்குமதேகமாகிவிடுகிறது.

ஒருவன் ஜீவன் முக்தனாகி விட்டானென்றும், மறு பிறப்பில்லையென்றும், அதே சமயத்தில் அவன் செத்துத் தானாக வேண்டுமென்றும், பாமர மக்கள் சொல்லும் கூற்று மடமையாகும். இப்படிப்பட்டவர்கள் "உண்மையை அறிந்துகொள்ள முற்படாமல் மனோ சாந்திக்காக அதாவது மரணத்திற்கேற்ற வேதாந்தம் சித்தாந்தங்களை வகுத்துக் கொண்டவர்களாவரென்று" சொல்லவேண்டியுள்ளது. மரணமற்ற நிலையை அடைந்தாலொழிய, விடுதலையென்பது வெகுதூரமாகும் விடுதலையடைந்த சித்தன் தன் தூல உடலுடன் மறு முறையும் தோன்றக் கூடிய சக்தி வாய்ந்தவன். அகத்தியர் அவ்விதம் தோன்றியவரென்பது நூல்கள் மூலம் அறியலாம்.

உயிர் உடலின் உதவியின்றி வாழ முடியாது. ஒரு உடலை விடுமுன் மற்றொரு உடலை பற்றித் தானாக வேண்டும். அதே போல் உடல் உயிரின்றி வாழமுடியாது. ஆகவே ஒரு உடல் விட்டு மற்றொரு புதிய உடலைப் பிடித்து பசி, பிணி, மூப்பு சாக்காடு என்னும் கொடுமைகளை இடையறாது அனு பவிப்பதைக் காட்டிலும் இப்போதுள்ள உடலையே அமலாக்கி சுகதுக்கங்களை ஒழித்துக் கட்டுவது அறிவாளி செய்யும் காரியமல்லவா? உயிர் எப்பொழுதுமே புதியதோர் உடலைப் பற்றிக் கொள்ளும் சுபாவம் உடையது. அழிவற்ற

உடலை அடையும் போதுதான் அச்சுபாவம் அழிகிறது. ரூபம் இருந்தால் தான் உயிர் தன் சுபாவங்களை வெளிப்படுத்த இயலும். ஆகவே ரூபமற்ற உயிர் உயிரில்லாத உயிராக இருக்கவேண்டும். இந்நிலை மடமையும் பொருளற்றதுமாகும்.

உயிர் மற்றொரு உன்னதமான உடலை அடைய வேண்டிய அவசியம் இருந்தாலொழிய, புதிய உடலைத் தேடி அலையாமல் கையில் கிடைத்த உடலிலேயே நிரந்தரமாக மரணமற்று தங்கிவிடுவதே உண்மை முக்திநிலையாகும் சரியான முயற்சியினால் இது சித்திக்கும். சாவை வெல்லாமல் முக்தியடைவேனென்று ஒருவன் சொல்வானேயானால் அவன் தன்னைத் தான் ஏமாற்றிக் கொள்பவனாவான்.

சாவினால் மறுபிறப்பு உண்டாகிறது. ஆனால் பிறப்பினால் சாவைத் தவிர்க்கும் வழிவகைகள் உண்டு. சரியான பாதையில் முயற்சித்தால் சித்திக்கும்.

சாமவேதத்தைச் சார்ந்த பிரம்மஜாபாலமென்னும் உபநிஷத்தில் பின்பகுதியில் சாகாக் கலையினால் உடல் மாற்றம் செய்து அடையும் முக்திநிலையயைப் பற்றியும் அதற்கு வழிவகைகளும் சொல்லப்பட்டிருப்பதாக அறிஞர்கள் கூறுகிறார்கள். சுத்தமார்க்கத்தைக் கூறும் முப்பத்திரண்டு உபநிஷத்துக்களில் முன்பகுதி பின்பகுதியென்று பிரிக்கப் பட்டு பின்பகுதி செயல் முறையை விளக்குவதால் அதை சுத்த மார்க்கத்தின் வழிவந்த சீடர்கள் தவிர மற்றவர்க்கு புரியா வண்ணம் சிலேடை மொழியில் வைக்கப் பட்டுள்ளதாகக் கூறப்படுகிறது. இவைகள் நான்கு வேதங்குட் பட்டதாயினும் இம் முப்பத்திரண்டு உபநிஷத்துக்களும் தனி வழியில் பங்கீடு செய்யப்பட்டுள்ளது.

மரணத்தைத் தவிர்க்கும் மருந்து

அத்தியாயம் 2

"தவிர்க்க முடியாததை தாங்கிக் கொள்ளத்தான் வேண்டும்," "ஆறிலும் சாவு, நூறிலும் சாவு," பிறந்தவன் இறந்துதானாக வேண்டும், என்றெல்லாம் பாமர மக்கள் பேசிக் கொள்ளுவது எல்லோரும் அறிந்ததே. இதற்கும் காரணம் "சாகாக் கலை" யென்பதொன்றுடென்பது பலருக்கு ஒரணுவளவு கூடத் தெரியாது. கேள்விப்பட்டதும் கிடையாது. அப்படி ஒரு கலை உள்ளதென்று கேள்விப் பட்டவர்கள் கூட அது சித்தர்களுக்குத்தான் உகந்ததெனவும் அதேதோ ஜாலவித்தையென்றும் எண்ணி சாகா நிலையைப்பற்றி ஆழ்ந்து சிந்திக்காமல் விடுகின்றனர்.

தவிர, வைதீகர்கள், வேதாந்திகள் எனப்படுவோரும் மேடைகளில் தாங்கள் எழுதும் நூல்களில் சாகும் வேதாந்தத்தைத்தான் பேசுவர்: எழுதுவர்: உடலைப் பிணமாக விட்டு உயிர் நீங்கிய பிறகு தான் முக்திநிலை அடையலாம் என்பது அவர்களின் சித்தாந்தம். இவர்களின் வாதம் சித்தர்களின் கருத்துக்கு புறம்பானதுமல்லாமல் முழு மூடத்தனமாகும்.

மேல்நாட்டு அறிஞர்களான ஸாக்ரடீஸ், பார்சல்செஸ், ஹெர்மஸ், பேசில் வாலன்டைன், அரிஸ்டாட்டில் முதலி யவர்கள் சாகாக்கலையைப் பற்றி எழுதியுள்ளனர். அவர்களில் பாரசல்செஸ் என்பவர் சாகா நிலையை அடைந்தவர். இவர்களின் நூலோடு இந்நூலை ஒப்பிட்டால் இது அற்பமாகத் தோன்றுமென்பதில் ஐயமில்லை. ஆனால் அவர்களைக் காட்டிலும் எனக்கு தனிப்பட்ட வாய்ப்பு ஒன்று உண்டு தமிழ் மொழியில் இச் சாகாக் கலையைப் பற்றி சித்தர்கள் எழுதி வைத்த புதைபொருளின் மாணிக்கத்தை ஆராய்ச்சி செய்வதில் எனக்குள்ள வாய்ப்புதான்.

இந்நூலில் காணும் சில அழுத்தம் திருத்தமான கருத்துக்கள் என்னுடைவையல்ல: எல்லாம் சித்தர்களின் கருத்துக்கள்: இந்நூலில் மேநாட்டு அறிஞர்கள், நம் நாட்டு அறிஞர்களின் கருத்துக்களை என் அறிவிற்கெட்டிய அளவில் சுருக்கமாக எழுதியுள்ளேன். நான் நீதித்துறையில் பணியாற்றி, ஓய்வு பெற்று சொற்ப உபகார சம்பளம் பெறுபவன். வெகு சிலரே விரும்பி வாங்கி படிக்கக்கூடிய இவ்வித நூலை வெளியிட்டு அடையும் நஷ்டத்தை தாங்கக் கூடியவனல்ல. ஆயினும்யாராயினும் ஒருவர் இந்நூலால் நன்மை யடைவார்களேயாயின் சாகாக்கலையைப் பற்றி மக்களிடையே பரப்பவேண்டுமென்ற என் தீவிர குறிக்கோள் பயனடைந்து விட்டதென்னும் மகிழ்ச்சியை என் பொருள் நஷ்டத்துக்கு ஈடுகட்டிக் கொள்வேன்.

நம் நாட்டு மருத்துவத்தில் சிறு வயதிலிருந்து எனக்கு கவர்ச்சியுண்டு. கடுமையான சரும நோய்கள், வயிற்றுக் கோளாறுகள் முதலியவைகளை வியக்கத் தக்க அளவில் தீர்க்கும் சில நாட்டு மருத்துவர்களை சிறு வயதிலிருந்தே பார்த்து வந்துள்ளேன். இவ்வித மருத்துவர்களின் என் அன்னையும் ஒருவர். இக்கவர்ச்சி நாளடைவில் இம் மருந்தில் ஆராய்ச்சி செய்ய வாய்ப்பை ஊக்குவித்தது.

நம் நாட்டு மருத்துவத்தில் சித்த, ஆயுர்வேதா, யுனானி என மூன்று வகையுண்டு. சித்த வைத்தியம் தமிழ் மொழியில் சித்தர்களால் எழுதப்பட்டதாகும். பசி, பிணி, மூப்பு, சாக்காடு, என்னும் பயங்கர நிலைகளிலிருந்து தப்பிக்கும் வழிவகைகளை சித்தர்கள் வகுத்தனர். ஆயுர் வேதம் வடமொழியில் எழுதப்பட்டதாகும், அதுவும் ஓரளவிற்கு சாகாக் கலையை பிரதானமாகக் கொண்டதாகும். மூன்றாவதான யூனானி மருத்துவம் உருது மொழியில் எழுதப்பட்டதாகும். மொகலாயர் இந்நாட்டை ஆண்டுகொண்டிருந்தபோது அரேபியா நாட்டிலிருந்து இங்கு வந்த ஹகீம்களால் எழுதப்பட்ட மருத்துவமாகும். தமிழன் என்ற காரணத்தால் நான் தமிழ் மொழியிலுள்ள சித்தர் கலையைப் பற்ற வேண்டிய வாய்ப்பேற்பட்டது.

உண்மை முக்தி நிலையென்னும் சாகாக்கலை ஆண்டவன் அருள் பெற்றவர்க்கே வாய்க்குமென்க. தன் அடியார்களுக்கென ஆக்கிப் படைத்த அமிர்தம் ஒன்று உண்டு. ராமலிங்க அடிகள் அதை அமுதமென்றும் தெய்வ மருந்தென்றும் சொல்லியுள்ளார். அவர் ஆனந்த களிப்புடன் பாடிய பாடல்களை கவனிக்கற்பாலது.

நல்லமருந் திம்மருந்து - சுகம்
நல்கும் வைத்திய நாத மருந்து
அருள்வடிவான மருந்து - நம்முள்
அற்புதமாக அமர்ந்த மருந்து
இருளற ஓங்கு மருந்து - அன்பர்க்
கின்புறுவாக இருந்த மருந்து (நல்ல)

மாலயன் தேடும் மருந்து - முன்னம்
மார்க்கண்டனைக் காக்க வந்த மருந்து
காலனைச் சாய்த்த மருந்து - தேவர்
காணும் கனவிலும் காணா மருந்து (நல்ல)

வாய்பிடியாத மருந்து - மத
வாதமும் பித்தமும் மாய்க்கும் மருந்து
நோய்ப்பொடி யாக்கும் மருந்து நாம்
நோக்கிய நோக்கில் உள்நோக்கும்
மருந்து (நல்ல)

பெண்ணாசை தீர்க்கும் மருந்து - பொருள்
பேராசையெல்லாம் பிளக்கும் மருந்து
மண்ணாசை தீர்க்கும் மருந்து - என்றும்
வல்ல மருந்தென வாழ்த்தும் மருந்து (நல்ல)

கோமளம் கூடும் மருந்து - நலம்
கொடுக்க துவஜம் கட்டி கொண்ட மருந்து
நாமனவாத மருந்து - நம்மை
நாமே யறியும்படி நண்ணும் மருந்து (நல்ல)

மூவர்க்கறிய மருந்து - செல்வ
முத்துக்குமரனை யீன்ற மருந்து

நாவிற் கினிய மருந்து - தைய
நாயகி கண்டே தழுவும் மருந்து (நல்ல)

இவ்வமிர்தத்தை உண்டவனுடைய உடலும் உயிரும் பிணைக்கப்பட்டு சாகாநிலையை அவன் அடைகிறான்.

இந்நிலை அடைந்த குரு ஒருவனுக்குக் கிடைத்தால் சாவை எளிதில் அகற்றி விடலாம். ஒவ்வொரு மனிதனும் சாவைத் தவிர்ப்பதையே குறிக்கோளாகக் கொள்ள வேண்டுமென்பது சித்தர்களின் அவா.

மேல்நாட்டு அறிஞர்கள் இவ்வமுதத்தை வேதாந்த கல் **(Philosopher's Stone)** என்கின்றனர். இதை தெய்வீக நீர் என்றும் சொல்வர். இதை சாப்பிடின் காலவரம்பின்றி சாவைத் தவிர்க்கலாமென்று சொல்கின்றனர். இப் பெரியார்களின் உயர்ந்த மொழிகளும் நம் நாட்டு சித்தர்களின் மொழிகளும் என்னை இக்கலையில் ஆராய்ச்சி செய்யத் தூண்டிற்று.

சித்தர்கள் வாழ்ந்த காலம் வரையறுத்து சொல்ல முடியவில்லை. குறிப்பிட்ட காலத்தில் வாழ்ந்தவர்களென்று சொல்வதும் தவறு. ஏனெனில் அவர்கள் எப்போதும் எக்காலமும் வாழ்பவர்கள். மற்றும் அவர்கள் பிறந்த இடம், வாழ்ந்த இடம் முதலியவைகளைப் பற்றி குறிப்புகள் எழுதவில்லை. ஆனால் நாம் அதற்காக வருந்த வேண்டியதில்லை.

ஏனெனில் அவர்கள் தங்கள் பொன்மொழிகளை சீடர்கள், மூலமாய் ஓலைச் சுவடிகளில் பதித்து வைத்தனர். ஆர்வமுள்ளவர்களுக்கு அவை பயன்படக்கூடிய முறையில் ஆக்கி வைத்தனர்.

நாம் மேலே குறிப்பிட்ட பாரசெல்ஸஸ் என்பவரைப் பற்றி குறிப்பாக அறியவேண்டியுள்ளது. அவர் ஒரு ஞானசித்தன். அவர் 400 வருடங்களுக்கு முன் ஜெர்மானிய நாட்டில் பிறந்தவர். அவர் போற்றுதற்குரிய ரஸவாதி, மருத்துவர்: பசி, பிணி, மூப்பு, சாக்காடை வென்றவர். அவர் ஜெர்மானிய மொழியில் விரிவான நூல்கள் சாகாக்கலையைப் பற்றி எழுதியுள்ளார். நம் நாட்டு அகத்தியர், போகர், திருமூலர், கொங்கணவர் முதலிய சித்தர்களின் கருத்துக்களோடு பாரசெல்ஸஸ் அவர்களின் மொழிகளை ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பின் எல்லா நதிகளும் இறுதியில் கடலில் சேருவது போல் இவர்கள் யாவரின் மொழிகளும் ஒன்றாயிருப்பதைக் காணலாம்.

ஞானி என்பவன் சித்தன். சித்தன் என்பவனே ஞானி. ஆனால் ஞானிக்கும் சித்தனுக்கும் வேறுபாடு செய்வது அவ்வித்தையின் காரணமாகும். மரணத்தைத் தவிர்த்து ஞானசித்தி பெற்றவனே ஞானி: அறிஞன். அதாவது உண்மை நிலையையடைந்தவன். இதே போல் ஞானிவேறு சீவன் முக்தன் வேறு என்றும் மக்கள் சொல்வது அறியாமையாகும்.

பக்தி, கர்மம், ஞானம் என யோகம் மூன்றாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. நெற்றியில் சமயக்குறி அணிந்து, வேதபுராணங்களை பிறர் காதில் விழும்படி படிப்பது, விக்கிரக ஆராதனை செய்வது போன்ற காரியங்களை செய்பவன் பக்தி யோகியென்றும், மண், பெண், பொன் முதலிய முச்சூலத்தில் உழன்றுகொண்டு இருப்பினும் தன் வர்ணத்துக்குரிய (பிரம்ம, க்ஷத்திரிய, வைசிய, சூத்ர என்னும் நான்கு வகை வர்ணங்கள்) சடங்குகளை செய்பவனை கர்மயோகியென்றும், காவியுடுத்தி, தாடிவளர்த்து, தலையை மழுங்க சிரைத்து வேத சாத்திரங்களில் கேவலம் சாத்திரஞானம் பெற்றவனை அல்லது பாமரமக்களை முட்டாளாக்கும் தந்திரங்களைக் கற்றவனை ஞானியென்றும், மகான் என்றும் மக்கள் புலம்புவதைப் பார்த்து சித்தர்கள் சிரிக்கலாயினர். மேற் சொன்ன மூவரும் தன்னைத் தான் ஏமாற்றிக் கொள்பவர்கள்: உண்மையை அறியாத மூடர்கள் என்று முக்தர்கள் சொல்லலாயினர்.

மூடனென்ற குருவப்பா ஆசானென்று
முட்டோடே வந்தவன் போல் மெச்சிக் கொள்வான்
பாடனென்ற பேரைப்போற் படித்துக் கொள்வான்
பண்பில்லாப் பாப்பாலே பகர்வான் மட்டை

கேடனென்ற ஏடுகற்ற பெயர்களெல்லாங்
கெதியாக நம்பியவன் கேள்விகேட்டு
நாடனென்ற சிவஞானம் வந்தாப்போலே
நலமாக தர்க்கித்து நடப்பான் பாரே

பாடலென்ற தமிழெல்லாம் பாடம் பண்ணிப்
பசப்பியே ஆண்டியர்கள் படித்துக் கொள்வார்
ஆடலென்ற ஆட்டமெல்லா மாடிக் கொண்டு
அழுக்கறுக்க மாட்டாம லலைந்தார் பாவி

நாடலென்ற சுயவாக்கு சொல்ல மாட்டார்
நான் பெரியோனென்று மெத்த நாட்டஞ்செய்வார்
தேடலென்ற அறிவநீதாற் சுயமே சொல்வான்
தெரியாத மூடனைத்தான் குருவென்பாரே -

என்பதைக் காண்க

(சுப்பிரமணியர் சுத்த ஞான சைதன்யம்)

பக்தியென்பது ஆண்டவனிடத்தில் சிரத்தையென்று பண்டிதர்கள் விளக்கம் சொல்கிறார்கள். சிரத்தை என்பது நாம் மேலே கண்ட கபட நாடகங்களாகவே முடிகின்றன. சாகாநிலையடைந்து ஞான சித்தி பெறுபவனே ஞானியென்று மேலே சொன்னோம். மூன்றுவித யோகங்களைக் கொண்டு சாகாநிலையடைந்து ஞானசித்தி பெறுவதே ஓர் அறிஞனுடைய முயற்சியாகும். சாகாக்கலையில் சிரத்தை வைப்பதே பக்தியோகம். உண்மை நம்பிக்கை கிடைத்தவுடன் அக் கலையை அடையும் மார்க்கத்தில் ஈடுபடுவதே கர்மயோகம்: கர்மத்தால் சாகா உடலை மாற்றியமைத்து சூட்சுமமாக்கி ஞானதேகம் பெற்று ஞானசித்தியடைவதே ஞானயோகம்.

யோகம் என்றால் ஒன்றுடன் மற்றொன்றை சேர்ப்பதாகும். அவ்விரண்டு என்ன? உடல், உயிர், உடலையும் உயிரையும் பிணைப்பதே யோகம்: பிறகு அதை சூட்சுமமாக்கி மெய் என்னும் வெட்டவெளியில் கலப்பதே யோகத்தின் முடிவு.

வைதீகத்திலேயே பிறந்து வளர்ந்து, வைதீகர்கள் மேடைப் பேச்சுக்களைக் கேட்டு புராணங்கள், இதிகாசங்கள் முதலிய கட்டுக் கதைகளைப் படித்து, வைதீகத்திலேயே ஊறிப் போயிருக்கும் நமக்கு சித்தர்கள் சொல்லும் உண்மை முக்தி நிலை ஏதோ ஒரு சீட்டுக் கவிதை போல் தோன்றுவதில் வியப்பொன்றுமில்லை.

இந்நூலில் சொல்லப்பட்ட சுத்த சித்த சன்மார்க்கம் ஒரு கைக்கெட்டாத தனிப்பட்ட மார்க்கமல்ல. இதுவே மெய்ப்பொருளை அறிவிக்கும் உண்மை வழி. மஹரிஷிகள், முனிவர்கள், முக்தர்கள் எனப்படுவோரெல்லாம் அம் மார்க்கத்தைக் கடைப்பிடித்தவர்களே. அவர்களே ஞான சித்தர்கள் என்பதை வாசகர்கள் மனதில் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

கோரமான மரணத்தை யடைபவனையும் ஞானியென்று உலகோர் போற்றுவது அறிவீனமாகும். சாஸ்திர ஞானம், லௌகீக ஞானம் பேரளவுக்கு பெற்றவனாயினும் அவன் செத்தால் ஞானியல்ல. அவன் பெயர் பிணம்.

உடம்பை குருவின் உதவியால் மறுமலர்ச்சியடையச் செய்து காலவரம்பின்றி சாவைத்தடுத்து உலகத்தோடொத்து வாழலாம். சாதாரணமாய் முக்தி நிலையடையப் பாடுபடும் விவேகிகளுக்கு வழிகாட்டுவதற்காகவே இவ்வுலகத்திடை சித்தர்கள் சஞ்சரிப்பர். முக்திநிலையடைந்த பின்னும் அவர்கள் எங்கும் போய்விடவில்லை. தாங்கள் உலகத்துக்கு செய்ய வேண்டிய நன்மைகள் ஏதேனுமிருப்பின் அம் முக்தர்கள் இச் சாமாத்திரத்தில் காரியானுகூலத்திற்குத் தகுந்த தூல ரூபத்தை அமைத்துக் கொள்வர். அந்நிலையையே அவதாரம் என்று மக்கள் சொல்வர். சாவின் பின் மோட்சம் என்று வைதீக மார்க்கத்தவர்களின் கூற்று உண்மை முக்தி நிலை தெரிந்தவர்களுக்கு கேலிக் கூத்தென்பது விளங்கும். மோட்சமென்பது ஜீவாத்மா, பரமாத்மாவிடம் போய் ஐக்கியமாவதென்று வைதீகர்கள் சொல்கின்றனர். உடலை விட்டு வெளியேறிய ஜீவாத்மா, தன் வினைகளை பூர்த்தி செய்துகொள்ள மறு உடலை எடுத்தாக வேண்டிய

நிமித்தயமிருக்கம்போது அது பரமாத்மா வென்றும் வெட்டவெளியில் எப்படி கலக்க முடியும்.

செத்தவர்கள் வைகுண்ட பதவி அடைந்தனர். கைலாய பதவி அடைந்தனர் என்று மக்கள் பிதற்றுவதெல்லாம் உபசாரவார்த்தைகளேயாகும். வைகுண்டம் கைலாயம் என்ற இடங்களில் சிம்மாசனத்தில் யாரோ ஒருவர் அமர்ந்து கொண்டிருப்பது போலும், அவர் திருவடியை செத்தோர் போய் அடைவரென்றும் மக்கள் மொழியின்படி பொருள்படுகிறது. அங்கு உட்கார்ந்திருப்பவர் யார்? நாராயணன் என்றும் சிவன் என்றும் சினிமாக்களிலும், நாடகங்களிலும் அட்டைப் படங்களிலும் பார்க்கும் வேடதாரிகளின் உருவங்கள் போன்றதென பாமர மக்கள் கருதுகின்றனர். இவ்வித மாயை என்னும் பிரமையை நீக்கவேண்டும். அரூபியாயிருப்பதல்லவோ பரம்பொருள்! கற்பனை உருவங்களை கடவுளென்று வணங்குவதால் சித்தர்கள் சொல்லும் உண்மை முக்திநிலையின் விளிம்பையும் தொட முடியாது. பாமர மக்களுக்கு இந்நிலை விளங்கா தென்பதற்காகவே பெரியோர்கள் உருவங்களை அமைத்து வணங்கச் சொல்லி தெய்வீகத்தில் ஈடுபாடு கொள்ளும்படி மக்களுக்கு கோவில்களும், தீர்த்தங்களும் அமைத்தனர். ஆனால் விசாரம் செய்து மேலோங்கிச் செல்லும் சாதகனுக்கு அவைகளெல்லாம் பயன்படாதென்பது உண்மை முக்தி நிலை அறிந்தோர்க்கு விளங்கும். ஆலய வழிபாடு ஓரளவிற்கு அவசியமாக விருப்பினும் அதுதான் முடிவு என்ற கருத்தை மக்களிடமிருந்து மெள்ள மெள்ள அகற்றவேண்டும்.

சாகா நிலையடைந்த சித்தர்களைப்பற்றி மேலே நாம் குறிப்பாகப் பார்த்தோம். தமிழ் நாட்டில் அகத்தியர், நந்தீசர், திருமூலர், கருவூரர், கொங்கணவர் என பதினென் சித்தர்களை மூல சித்தர்களென்பர் இவர்களிடமிருந்து சாகாக்கலையை கற்ற உத்தமர்கள் அநேகருண்டு. வடநாட்டில் நலநாத சித்தர்களென்றும் அவர்களுக்கு நவகோடி சீடர்கள் உண்டென்றும் சொல்லப்படுகிறது.

மேல் நாட்டவர்களில் இந்நிலை யடைந்தவர்கள் பலர் இருந்திருப்பினும், இப்பொழுதிருப்பினும் நமக்கு தெரியக்கூடிய அளவில் இருப்பவர் மகான் பார்சல்செஸ் என்பவரே. இவர்கள் யாவருமே தங்கள் உச்ச நிலைக்கு தக்கவர்களை மேலேற்றும் முயற்சியில் இருப்பவர்களே. மக்கள் நலனுக்காக தூல உடலுடன் சில காலம் வாழ்வரென்பதைப் பற்றியும் மேலே சொன்னோம்.

மிருகங்களைப் போல், அறிதான மனிதப் பிறப் பெடுப்பவர்களும் உண்டு. உறங்கி மக்களைப் பெற்று சாவதை நோக்கி சித்தர்கள் மிகவும் வருந்துகிறார்களென்பதை அவர்கள் பாடல்களிலிருந்து அறிகிறோம். ஐயோ! இறந்துவிடப் போகிறீர்களே! வாருங்கள் வாருங்கள்! உண்மை நெறியைக் காட்டுகிறோமென்று அறைகூவுகின்றனர்.

அத்தகைய சித்தர்களில் ஒருவர் 125 வருடங்களுக்கு முன் 19-வது நூற்றாண்டில் நம் பாட்டனார் காலத்தில் வாழ்ந்தார். அவருக்கு வள்ளலார் என்னும் புனைப்பெயர் உண்டு. அவர் பெயர் ராமலிங்கம், அவர் தென் இந்தியாவில், தென் ஆற்காடு மாவட்டத்தில் மருதூர் என்னும் கிராமத்தில் பிறந்து, பிறகு வடலூர் என்னும் சிற்றூரில் வசித்து (1823-1874) மறைந்தவர் அவர் வாழ்க்கை வரலாறு நமக்குத் தெளிவாய் கிடைத்திருப்பினும், அது ஓர் எளிமையான வாழ்க்கையாகவே தோன்றும். இவர் லெளகீக வாழ்க்கையில் வியப்பும் குறிப்பிடத்தக்கதுமான சம்பவங்கள் ஒன்றுமே இல்லையென்று சொல்லலாம். சிறு வயதிலிருந்தே தெய்வீகத்தில் ஈடுபாடு கொண்டதினால் அம்மார்க்கத்தில் அவர் அடைந்த அனுபவ நிலைகள் தான் குறிப்பிடத்தக்கது அவர் மரண மிலாப் பெரு வாழ்வு பெற்று ஞானசித்தியடைந்து பூட்டிய அறையிலிருந்து மறைந்தாரென்பதைக் காட்டிலும் வியப்பான நிகழ்ச்சி உலகத்தில் வேறெதுவாக இருக்க முடியும்.

அவர் இயற்றிய பாடல்களுக்கு 'அருட்பா' என்பர். பல்லாயிரக்கணக்கான பாடல்கள் நிறைந்தது. பல பாடல்கள் அச்சில் வராதவை. அருட்பாவை மக்கள் மிகவும்

உற்சாகத்துடன் படிப்பர். ஆனால் அவர் அடைந்த நிலையைப் பற்றி சிந்திப்பவர்கள் வெகு சிலரே.

இவரைப் போன்ற மகான்கள் மேல்நாட்டிலும் உண்டு. முன் குறிப்பிட்டு மகான் பார்சல்ஸெஸ் பல நூல்களை எழுதியுள்ளார். அவர் நூல்களில் சில பகுதிகளை "யோலந்திய கோமி" என்ற ஒரு அமெரிக்கர் ஜெர்மானிய மொழியிலிருந்து ஆங்கிலத்தில் மொழி பெயர்த்து வெளியிட்டுள்ளார். அதில் அம் மகானைப் பற்றி தன் முகவுரையில் கீழ்க்கண்டவாறு எழுதியுள்ளார்.

"பாரசெல்ஸஸ் பெரியதொரு விருந்துண்டபின் அன்னாரின் விரோதிகள் மலை உச்சியிலிருந்து அவரை உருட்டித் தள்ளிவிட்டதனால் இறந்துவிட்டாரென்னும் ஒரு கதை உண்டு, குடிபோதையில் அவர் மாடியிலிருந்து விழுந்து இறந்தார் என்பது மற்றொன்று, அவர் வைரக் கற்களை இழைத்து தின்று அவ்விஷத்தால் இறந்தாரென்பது மற்றொன்று. இதற்கு மாறாக அவர் சாகா நிலையடைந்து அமரத்துவம் அடைந்தார்" என்று மற்றொரு சாரார் சொல்வர்.

இவைகளில் அவர் சாகா நிலையடைந்தவரென்பது தான் உண்மை. அவர் வாழ்க்கையை அறிந்தோர்களுக்கு அவர் நூல்களைப் படித்தோருக்கு பின் சொன்ன கூற்றே உண்மையென்பது விளங்கும். அவர் வகுத்துக் கொண்ட ஒழுக்கம், மற்ற லௌகீக நியதிகளுக்கு அப்பாற் பட்டதாயினும் பல எதிர்ப்புகளிடையே தன் நிலையை விட்டுக் கொடுக்காதவர் அவர் ஓர் மருத்துவ நிபுணர். ஒரு வேளை மருந்தைக் கொடுத்து பல நோய்களை தவிடு பொடி யாக்குவதில் வல்லவர். பட்டம் பெற்ற மருத்துவர்கள் அவர் செய்யும் வியக்கத்தக்க மருத்துவத்தை பாராட்டாது பொறாமையினால் கூட்டம் சேர்ந்து அவரை நாடு கடத்தினர். தங்களுடைய வரு மானத்தில் அவர்களுக்கு குறிக்கோளே தவிர நோயாளியின் உடல் உயிரல்ல என்று பாரசெல்சஸ் மருத்துவர்களை தாக்கினார்.

பாவிகளே! நீங்கள் காய்ந்து சருகாகி விழுந்து விடுவீர்கள். ஆனால் நான் பசுந்துளிர்களை விட்டுக் கொண்டேயிருப்பேனென்றார். அவர் உடலை மாற்றி யமைக்கும் கலையில் வல்லவர். எப்போதும் பசுமரம் போல் அன்றும் இன்றும் உயிருடன் நம்முடனிருக்கிறார் ஆனால் அவர் தக்கோர் கண்களுக்கே புலப்படுவார் என்று மேற்சொன்ன யாகோமி எழுதியுள்ளார்.

இந்த உண்மை, ராமலிங்க அடிகளார் வாழ்க்கையில் பார்க்கலாம். தூல தேகமில்லா நிலையெய்தி அவர் நிழல் கீழே விழாமல் போய்விட்டது. மக்காள்! நான் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு பெற்றுவிட்டேன்: நீங்களும் வாருங்கள்: வழி காட்டுகிறேனென்று அறை கூவினார். சாவைத் தடுத்து சிரஞ்சீவியாக வாழலாம்: ஞான சித்தியடைந்தபின் செத்தோர்களையும் எழுப்பலாமென்றார். வேதங்கள் சாகாக்கலையைப் பற்றி பல இடங்களில் சொல்லப் பட்டிருந்தும், அது பண்டிதர்களுக்கு விளங்காப் பொருளாக உள்ளமையால் உண்மை நிலை அறியாத குருடர்களுக்கு குருடன் வழிகாட்டுவது போல் சாஸ்திரங்கள் படிக்கும் பண்டிதர்கள் மேடைகளில் பேசி வருகிறார்கள்.

உண்மை வழியை காட்டுகிறேனென்று சொன்ன ராமலிங்கரையும் இவ்வுலகோர் புறக்கணித்தார்கள். மிகவும் வெறுப்புற்றவராய் 'ஐயோ! நான் கடையைத் திறந்து வைத்தேன்: வாங்குவாரில்லை: மூடிவிட்டேனென்று சொல்லி மறைந்தார், அவரிடம் சென்றவர்களெல்லாம் மண், பெண், பொன் முதலிய சாதனங்களையடைவதற்கே யல்லாது உண்மை அறிவதற்கல்ல.

மகான் பாரசெல்ஸஸ் முடிவைப் பற்றிய கதைககளைப் போலவே ராமலிங்கர் முடிவைப் பற்றியும் பல வகைக் கதைகள் பரவின.

ராமலிங்கர் சாதி, சமயம், மதங்களையும் அதனால் விளைந்த மூட நம்பிக்கைகளையும் கடுமையாகத் தாக்கினார். கடவுள் அருள் பெற எல்லா சீவராசிகளிடத்தும் அன்பும்,

தயவும் காட்ட வேண்டுமென்று உபதேசித்தார். சமரச சன்மார்க்கமே சாகா நெறியென்றார். சாகா நிலைப் பெற்றவனே சன்மார்க்கியென்றார்.

மகான் பாரசெல்ஸஸ¬ம் வகுப்பு வாதங்களை கண்டித்தார். மதம், சமயம் முதலியவைகளிலுள்ள தத்துவங்களை மாத்திரம் அவர் ஆதரித்தார். மருத்துவர்களின் ஆணவம், ஆடம்பரம் முதலியவைகளை தாக்குவதின்றி கிறிஸ்துவ குருமார்களையும் தாக்கினார். அறம், ஏழ்மை, தயை நிரம்பியது கிருஸ்துவ மதமே தவிர கிருஸ்துவ ஆலயங்களில் செய்யும் ஆடம்பரமான கிரியைகளல்ல என்று ஓயாது பிரசாரம் செய்தார்.

லோபிகளான தனவந்தர்கள் தங்கள் பணத்தை மதுவுக்கும், வேசியர்களுக்கும் இறைப்பார்களே தவிர பசிப்பிணியில் வாடும் ஒருவனுக்கு ஒருபிடி அன்னமும் கொடார்களென்று ராமலிங்கர் வருத்தத்துடன் பாடுகிறார். சடங்குகள், சமயக் கோட்பாடுகள் யாவையும் அவைகளை ஆதரிக்கும் சாத்திரங்களையும் தாக்கினார். அவ்வித சாத்திரங்களை குப்பையில் போட்டு எருவாக்கி புஞ்சையில் போடுவதே நல்லதென்றார்.

தமிழ் மொழிக்கு தந்தையென்று சொல்லப்படும் அகத்திய முனிவர் சொல்கிறார். மனிதப் பிறவி அறிதானது. ஆனால் இறந்து விட்டால் அது எதற்கு உதவும் என்கிறார். மனிதன் இவ்வுடலுடன் ஆயிரக்கணக்கான வருடங்கள் வாழலாம். பதினென் சித்தர்களில் ஒருவரான திருமூலர் மூவாயிரம் வருடங்கள் தூலத்துடன் இருந்தாரென்பது மேலே சொன்னோம்.

சாகாக் கல்வி விட்டு மற்ற கல்வி கற்று என்ன பயனென்கிறார் சித்தர்கள். ஏன் அங்குமிங்கும் ஓடித் திரிகின்றீர்கள். காசி, ராமேஸ்வரம் சென்று நீங்கள் கண்ட பலனென்ன: கடவுளைக் கண்டீர்களாவென்று கேட்கிறார் குதம்பை சித்தர். இருந்த இடத்திலிருந்தே அமரத்வம் பெறலாமென்கிறார்.

இயேசு ஒரு ஞானசித்தர், இறந்தவர்களை உயிர்ப்பிக்கும் சக்தி வாய்ந்தவர். கல்லறையில் அடக்கம் செய்யப்பட்ட லாசரஸை பல வருடங்களுக்கு பிறகு கல்லறையை நெருங்கி "லாசரஸ் எழுந்து வா", என்றதும் அவர் எழுந்து வந்தார். தூல தேகமற்ற ஏசுவை சிலுவையில் ஏற்றி ஆணிகள் அடித்தனரென்பது பொருத்தமற்ற கூற்றாகத் தோன்றுகிறது. இறந்தவரை எழுப்பக் கூடிய சித்தனை கொன்றார்களென்றும் அவர் இறந்து விட்டாரென்று சொல்வதும் அவர் அடைந்து நிலைக்கு முரண்பாடானது. கிருஸ்துவ வேதமான பைபிளில் காணும் மொழிகளைத் தாக்குவதாகவோ, ஏதோ ஒரு சர்ச்சையை கிளப்புவதாகவோ யாரும் கருதத் தேவையில்லை. இயேசு இறந்தாரென்னும் வார்த்தையை அகற்ற வேண்டும். சாகா நிலையடைந்தவரை செத்தாரென்பது மடமையென்பதே என் கருத்து.

மக்கள் பாவத்தைத் துடைக்க சிலுவையில் உயிர் துறந்தாரென்பதும் பொருளற்ற கூற்றாகும். தன் சாவினால் பாவிகள் எப்படி புனிதமாவார்கள். அவர் திரிகால ஞானி தான் செத்தாலும் கடவுளென்பவர் செத்தாலும் உலகத்தில் பாவிகள் கூட்டம் நிரம்பி வழியுமே தவிர குறையாது. ஏசுநாதர் காலத்தில் இருந்த பாவிகளை விட அவர் மறைந்த பிறகு கொடும்பாவிகள் உலகத்தில் அதிகமாகிவிட்டனர். யுத்தத்தின் பேரால் அவரைப் பின் பற்றும் மதத்தவர்கள் செய்த கொலைகள் எண்ணி முடியுமா? ஒரு துரோகமும் நினைக்காத குழந்தைகளையும் பெண்களையும் அணுகுண்டுகளினால் இலட்சக்கணக்கில் ஒரு நிமிடத்தில் ஹிரோஷிமாவில் கொன்று குவித்தது எப்படி மறக்க முடியும். இன்றும் என்றும் இவ்வித கொலைகள் தொடர்ந்து நடக்குமென்பதில் நாம் ஐயம் கொள்ள வேண்டியதில்லை. இவ்வித கடின சித்தமுடையவர்கள் இவ்வுலகம் உள்ளவரை பிறப்பார்களென்று ஏசுநாதர் அறியாரா? பாவத்தின் பரிசு மரணம். சாகிறவன் பாவி. ஏசுநாதர் சாவதற்கு ஓர் பாவியா? செத்த பிறகு உயிர்த்தெழுந்தாரென்பது முக்கியமல்ல. பாவம் செய்யாதீர்கள்: என்னைப் போன்றே நீங்களும் சாகா

நிலைபெறலாமென்று சொன்ன இயேசுநாதர் இறந்து விட்டாரா? இதை ஆழ்ந்து சிந்திக்கற்பாலது.

மகான் ஆதிசங்கரர் சாகவில்லை. அவர் கொள்கைக்கு அத்வைதம் என அவர் நாமம் சூட்டவில்லை. ஆனால் வேதாந்திகளென்போர் அவர் மொழிகளுக்கு அத்வைத நியாயம் எனப் பெயரிட்டனர். மேலும் அவர் கற்பனை உருவத்திற்கு கஷாயம் உடுத்தினர். கஷாயம் உடுப்பது வயிற்றுப் பிழைப்புக்கு என்றும், வீண் வேஷமென்றும் அவர் கண்டித்தார். இலக்கணம் படித்துக் கொண்டு காலத்தை வீணாக்கும் பண்டிதர்களைப் பார்த்து வருந்தினார். சாதி, மதங்களை வெறுத்தார்: அதற்காக மக்கள் அவரை சாதி பிரஷ்டம் செய்தனர். அவர் தாய் இறந்தபோது சவத்தைத் தூக்கவும் ஆள் இல்லாமல் தானே தோளின் மேல் தூக்கிக் கொண்டு போனார். இவர் அஷ்டமா சித்திகளை பெற்றவர்: கூடுவிட்டு கூடு பாய்ந்தவர். ஆகவே இவரும் ஓர் ஞான சித்தர் என்பதை அறிகிறோம். ஆனால் அவரால் நிறுவப்பட்டதென்னும் மடங்களில் பலர் மடாதிபதிகளாக இருந்து இறந்து போனார்கள். ஒருவராவது அவர் அடைந்த சாகா நிலையை பற்றி சிந்தித்ததாகத் தெரியவில்லை.

இறந்தோரை எழுப்பக்கூடிய சக்தி வாய்ந்தவர்களில் சம்பந்தரும் ஒருவர். இறந்து எரிக்கப்பட்ட பெண்ணின் எலும்பைத் தொட்டு அங்கம் பூம்பாவையாக எழச் செய்த நிகழ்ச்சியைப்பற்றி சைவ சமயநூல்களிலும் காணப்படுகிறது.

ஆகவே சாவைத் தவிர்த்து முக்தி பெறுவதே உண்மை நிலையென்பதை நாம் ஒருவாறு உணருகிறோம்.

ஆங்கில அகராதியில் வேதாந்தி (**Philosopher**) என்னும் பதத்துக்கு வேதாந்தக்கல் (**Philosopher stone**) அதாவது மட்ட உலோகங்களைத் தங்கமாக்கும் தெய்வ மருந்தை அறிந்தவன் என்று பொருள் சொல்லப்பட்டுள்ளது. வேறெந்த மொழியிலும் இவ்வகைப் பொருத்தமான பொருள் வேதாந்திக்கு சொல்லியிருக்க முடியாதென நினைக்கிறேன்.

தங்கமாக்கும் ரசவாத மருந்தைச் செய்து அதைக் கொண்டு ரசத்தைத் தங்கமாக்கி பெண்டு பிள்ளைகளுக்கு தங்கக் கட்டிகள் விட்டுப் போகிறவனை வேதாந்தியென்று எந்த முட்டாளும் சொல்லமாட்டான். ரசவாத மருந்தை அம் மேதாவிகள் தங்கள் உடலை அமலமாக்குவதற்காக பயன்படுத்தியவர்களென்பதை அறிதல் வேண்டும். ஆகவே உடலை அமலமாக்க முயற்சி செய்பவனை கூட மேற்படி அகராதியில் வேதாந்தி எனப் பொருள் கூறப்பட்டுள்ளது. அப்படியிருக்க நான்கு புத்தகங்களைப் படித்துவிட்டு வன்மையாகப் பேசக் கற்றுக் கொண்டு அழகான மொழியில் புத்தகம் எழுதுவோரையெல்லாம் மகானென்றும் வேதாந்தி யென்றும் சொல்வது விவேகமற்ற செயலாகும்.

இம்மருந்தை ரசவாத மருந்தென்றும் சொல்லலாம். இம்மருந்து தெய்வீகமானது. தேவர்களுக்கும் கிட்டாது. ஆனால் மனிதர்கள் கையில் அகப்படக்கூடியது: இதை காயகற்பம் என்று சொல்வர். மருந்து என்பது பிணிகளை நீக்கக் கூடியது. மனிதன் பிணிகளால் இறக்கிறான் அசம்பாவிதமான மரணங்கள் தனிப்பட்டது. மனிதர்களுக்கு 4448 வியாதிகள் உண்டாகிறதென்றும், அவைகளை நீக்க சொற்ப செலவில் மூலிகைகள், உப்புகள், பாஷாணங்கள் முதலிய மருந்துகளை சித்தர்கள் வகுத்துள்ளனர். பிணிகளை நீக்கக் கூடிய மருந்துகளுக்கு குடிமருந்து சேர்ந்தால் எதிர் பார்க்கும் அளவுக்கு பயன் தரும் என்றும் அக்குருமருந்தே கற்ப மருந்தென்றும் சித்தர்கள் சொல்லலாயினர். முதலில் குருமருந்தை முடித்துக் கொண்டு மற்ற மருந்துகளைத் துணை மருந்தாகக் உபயோகிக்க வேண்டுமென்றும் சொல்வர். இக்குருமருந்தே ரசவாத சித்தியளிக்கக்கூடியது. அதுவே உடலை அமலமாக்கி நித்திய தேகமாக்கவல்லதாம்.

கட்டுதிட்டமான உடலைப் பார்த்தால் காயக் கற்பம் சாப்பிட்ட உடல் போலுள்ளதென பாமர மக்களும் சொல்வதை நாம் கேட்டுள்ளோம். ஆகவே ஒருவன் நல்ல மருத்துவனாக விளங்க வேண்டுமாயின் இக் குரு மருந்தை

அறிய வேண்டுமென்று பார்செல்ஸஸ் உள்பட எல்லா சித்தர்களும் சொல்வராயினர்.

சித்தர்கள் தேகங்களை ஐவகையாகப் பிரித்துள்ளனர். அவை இருள் தேகம், மருள் தேகம்,. சுத்த தேகம், பிரணவ தேகம், ஞான தேகம் என்பனவாகும். இதைப் பற்றி ஆசிரியர் எழுதியுள்ள சித்தர் மெய்ப்பொருளென்னும் நூலில் விரிவாகச் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

இருள் தேகத்தை அமலமாக்கி ஞான தேகமடைய மேற்சொன்ன தெய்வ மருந்தென்னும் கற்பம் வேண்டும். இம்மருந்து உடலையும் உயிரையும் பிணைத்து ஐக்கியப்படுத்தி விடுகிறது. இம்மருந்துக்கு சித்தர்கள் "மூப்பு" எனப் பெயர் சூட்டினர். இதையே ஆங்கிலத்தில் வேதாந்தக்கல் **(Philosopher's Stone)** என்பர். தமிழ்நாட்டு சித்தர்கள் இந்த மூப்புவை பல பரிபாஷைப் பெயர்களைக் கொண்டு அழைக்கின்றனர். அவைகளின் விவரம் ஆசிரியர் எழுதியுள்ள "மூப்புகுரு" என்னும் நூலில் விரிவாய் சொல்லப்பட்டுள்ளது. அப்பரிபாஷைப் பெயர்களில் எட்டிரண்டு என்னும் இரண்டு எழுத்துக்களையே குறிப்பாக சித்தர்கள் சொல்லியுள்ளனர். எட்டிரண்டின் பொருளை அறியாதவன் விவேகமற்றவனென்று சொல்வர். "மூப்பு" என்னும் பொருள் இந்த எட்டிரண்டு என்னும் அ - உ வில் அடங்கியுள்ளதாம். இதையே அகர உகரம் என்று சொல்வர்.

உண்மை வைத்தியன் வைத்தியத்துக்கெனப் பிறந்தவன். கல்லூரிகளில் பட்டம் பெற்றவன். வயிற்றுப் பிழைப்புக்கு வைத்தியம் செய்பவனாகும். ஏதோ ஒரு சிலர் அதற்கு விலக்காகலாம். இப் பட்டதாரிகளிடையே பொறாமையும் மடமையும் நிறைந்திருப்பதால் மற்றொரு சக வைத்தியனுக்கு புகழ் வருவதைத் தடுக்க ஒரு நோயாளியைக் கொல்லவும் தயங்கானென்று மகான் பார்செல்ஸஸ் சொல்கிறார். ஓர் மருத்துவன் ரசவாதம், சோதிடம், வான சாஸ்திரம் அறிந்தவனாக இருக்கவேண்டுமென்றும், அவைகளுக்கும்

உயர்ந்த ஒழுக்கத்தை யுடையவனாயிருக்க வேண்டுமென்றும் பார்செல்ஸஸ் சொல்கிறார்.

மருத்துவமென்பது மிக்கக் கவனத்துடனும், கடவுளிடம் அதிக பயத்துடனும் செய்யவேண்டியதொரு கலையென்றும், கடவுளிடத்தில் அச்சமில்லாதவன், கொலை, களவுக்கு அஞ்சாதவனாயிருப்பானாகையால் நோயாளிக்கும் தீங்கு விளைவிக்க அஞ்சமாட்டானென்று பார்செல்ஸஸ் கூறுகிறார். நோயாளிக்கு ஓர் மருத்துவன் கடவுளுடைய பிரதிநிதியாவான்.

பார்செல்ஸஸ் அவர்களின் கருத்துப்படி நோயாள் ஒரு மனிதன் மரணம் அடைய வேண்டியதில்லை. எல்லா நோய்களையும் குறிப்பிட்ட காலத்தில் குணமாக்கி விடலா மென்று சொல்கிறார். அதற்கு, மேற்சொன்ன முப்பு என்னும் குரு மருந்தை தண்டாயுதமாய் கையில் ஏந்தியவனாயிருத்தல் வேண்டும். உடலிலுள்ள எல்லாப் பிணிகள் நீங்கும்போதே தேகம் அமிலமடைகிறது: அதாவது சுத்தமடைகிற தென்பதாம். இந்த சுத்த தேகம் ஆயுளை நீட்ட வல்லது. மெய்ஞ்ஞானமடைய வழிவகுக்கிறது.

ரசவாதமென்பது உண்மைதானா ?

அத்தியாயம் 3

பாதரசத்தை தங்கமாக்குவதே ரசவாதமென்பது, மற்ற உலோகங்களான இரும்பு, செம்பு, வெள்ளி, நாகம், வங்கம் முதலியவைகளையும் தங்கமாக்க வல்லவர்கள் சித்தர்கள். ஆயினும் ரசத்தை தங்கமாக மாற்றுவதே உயர்ந்த கலை. இதற்கு குருமருந்து என்னம் முப்பு வேண்டும். இந்த முப்பு உருகிய உலோகங்களில் பட்ட உடனேயே 10½ மாற்றுத் தங்கமாகிவிடும். இம் மருந்தைப் பற்றி விரிவாக ஆசிரியர் எழுதிய "முப்பு குரு", "அமுத கலசம்" என்னும் நூல்களை பார்க்கத்தக்கது.

இக் குரு மருந்தைக் கொண்டு தங்கம் செய்வது சித்தர்களின் குறிக்கோளல்லவென்றும், அதைக் கொண்டு உடலை சூக்குமமாக்கி ஞானசித்தியடைவதே அவர்கள் முடிவென்பதையும் மேலே சொல்லியுள்ளது.

மண்தோன்றி, மனிதன் தோன்றிய காலத்திலிருந்து அறிவாளிகள் பசி, பிணி, மூப்பு, சாக்காடைத் தவிர்க்க வெகு பாடுபட்டிருக்கிறார்கள். பல ஆராய்ச்சிகள் செய்து இக் குருமருந்தை, அமிர்தத்தை, ஆண்டவன் அருளால் கண்டுபிடித்தனர். எளிமையான மூலிகைகளைக் கொண்டும் பசி, பிணி, மூப்பைத் தவிர்க்கக் கண்டுகொண்டார்கள். அவைகளைக் கொண்டே மரணத்தைத் தள்ளிப் போட்டனர். ஆனால் அதோடு நிறைவு பெற்றார்களில்லை. உடலையும் உயிரையும் நிரந்தரமாக இணைத்து சாகா உடலைப் பெற முயற்சித்தனர். அதில் வெற்றி கண்டனர்.

ஆயினும் இவ்வமிர்தம் என்பது எதனால் செய்யப்படுவது? அதை எப்படி தயார் செய்வது என்ற கேள்விகளுக்கு சித்தர்கள் எல்லோரும் பதில் அளித்துள்ளனர். ஆனால் அவர்கள் வெகு பிரயாசையுடன் கண்டுபிடித்த அம்மருந்தை பரிபாஷைகளில் சொல்லி மறைந்துவிட்டனர்.

நாம் அதைப் படிக்கும்போது ஏதோ புரிவதுபோலிருக்கும். ஆனால் புத்தகத்தை மூடிவிட்டு இது ஏதாயிருக்குமென்று சிந்தித்தோமேயானால் மூளை குழம்பிப்போகும். இம் மருந்து சாகா நிலையைக் கொடுக்க வல்லதாகையால் அவிவிவேகிகளுக்கும், துன்மார்க்கருக்கும் எட்டக் கூடாதென்னும் கருத்தினால் தான் பரிபாஷையில் மறைத்து வைத்தோமென்று சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். ஏனெனில் துன்மார்க்கர்கள் கையில் இது அகப்பட்டால் அதை தீய வழிகளில் பயன்படுத்தி மக்களுக்கு இன்னல்கள் உண்டாக்குவரென்றனர். நம் நாட்டு சித்தர்கள் எழுதியது போலவே மேனாட்டு அறிஞர்களும் பரிபாஷைகளில் எழுதி மறைத்து வைத்தனர். உதாரணமாக அதன் சொரூபத்தை விளக்கும்போது "நாதவிந்து கலாதிநமோநமோ நமோ: வேத மந்த்ர சொரூபாநமோநமோ", என்ற வேத மந்த்ர சொரூபமாயிருக்கக் கூடிய பொருள் நாதவிந்தால் கலக்கப்பட்ட தென்றனர் நூற்றுக்கணக்கான பெயர்களில் அதை அழைக்கலாயினர்.

இங்கு என் சொந்த அனுபவத்தை சொல்ல விரும்புகிறேன். சித்தர்கள் நூல்களில் பலவற்றை படித்துபடித்து உண்மைப் பொருளை அறிய முயற்சித்தேன். ஆனால் அவ்வறிஞர்களின் பரிபாஷையைப் புரிந்து கொள்ள போதிய அறிவு பற்றாமை, கடவுள் அருள் கிட்டாமையினால் முடியாமற் போயிற்று. இதற்காக முப்பது வருடங்களில் பல இரவுகளை இவ்வாராய்ச்சியில் தூக்கமின்றி கழித்திருப்பேன். முடிவில் இந்நூல்களை இனிமேல் படிப்பதில் எள்ளளவும் பயனில்லை: சித்தர்கள் ஏமாற்றும் ஜாலவித்தைக்காரர்களென முடிவு செய்தேன். ஆனால் என் மனதில் ஏதோவொன்று இவ்வாராய்ச்சியை விடவேண்டா என்று தூண்டிக் கொண்டிருந்தது.

நான் வயதின் காரணமாக மூப்படைந்து வந்தேன். நோய்கள் வெளிப்படையாக தோன்றாவிடினும், மருத்துவன் என்ற முறையில் தீய பொருள்கள் உடம்பில் சேருவதை உணர்ந்தேன். சோர்வு துவங்கிற்று. இளமையில் என் வலிமையை துன்மார்க்கத்தில் விரையம் செய்துள்ளேன். ஆனால் அது மிக்க குறுகிய காலமே. மருத்துவனானதால்

அவ்வப்போது மூலிகை மருந்துகளை உண்டு அச்சிறு பிணிகளைத் தவிர்த்து வந்தேன். ஆயினும் உடலை நீட்டி உயிரை வளர்த்து சித்தர்கள் சொல்லும் சுத்ததேகத்தையடைய இரவும் பகலும் பிரார்த்தனை செய்து வந்தேன்.

ரசத்தையும் மட்ட உலோகங்களையும் தங்கமாக மாற்றும் மருந்தே கற்பத்துக்கும் பயனளிப்பதென மேலே கண்டோம். ஆனால் அப்படி தங்கமாக்கும் மனிதனை நாம் கண்டதில்லையே? சொல்லப்போனால் தங்கம் செய்து தருகிறேனென்று மக்களை ஏமாற்றும் போலிச் சாமியார் களைப் பற்றியே கேள்விப்பட்டுள்ளோம். சிலர் பார்த்தும் இருக்கிறோம். அப்படி சில மக்களை ஏமாற்றி பணத்தையும் பெண்ணையும் பறித்துக்கொண்டு போன சாமியார்களைப் பற்றி செய்தித்தாள்களிலும் படித்திருக்கிறோம். நானும் இக்காரணங்களினால் இக்கலையில் நம்பிக்கையற்றிருந்தேன். ஆனால் சித்தர்கள் சொன்ன மருந்துகளைச் செய்து பார்த்ததுமில்லாமல், பிணிகளை நீக்க அவைகளை கொடுத்தும் வியக்கத்தக்க பலனைக் கண்டுள்ளேன். சித்தர்கள் சொன்ன மருத்துவப் பகுதியில் ஆழ்ந்த நம்பிக்கையிருந்தது. அனால் அவர்கள் சொல்லும் ரசவாதப் பகுதியில் நம்பிக்கை இல்லாமலிருந்தது.

ஆயினும் இவ்வித நம்பிக்கையற்ற நிலையை ஒரே நொடியில் ஒரு சாது 1951ம் வருடத்தில் சிதறடித்துவிட்டார். அவர் என் கண்முன் பாதரசத்தை தங்கமாக மாற்றியதைக் கண்டதும் என் முரணான கருத்துக்கள் நிலை குலைந்து போயிற்று. அதோடன்றி பணத்தின் மேலிருந்த ஆசை அன்றோடு அழிந்துவிட்டது. இவ்வளவு எளிமையில் தங்கம் செய்யமுடியும்போது மனிதர்கள் கேவலம் பொருளுக் காகவும், பதவிக்காகவும் என்னென்ன பாபங்கள் செய் கிறார்கள்: இது கேவலம்: மிக்க கேவலம்: என்று உள்ளுர ஏதோ சொல்லிற்று. ஆனால் அந்து சாது உபயோகித்த மருந்து உடலுயிரை நீட்டும் மருந்தென்பதை அப்போது உணராமல் போய்விட்டேன்.

சித்திரை மாதம் பௌர்ணமி நாள், அன்றே நான் ரசவாதக் கலையைப் பார்த்தது. அன்றிரவு அந்த சாது என்னை வீட்டின் மொட்டை மாடிக்கு அழைத்துச் சென்றார். நடு இரவு. கையில் ஏதோ ஒரு பொருளை வைத்துக் கொண்டிருந்தார். இதோ பார் என்றார்: இதுதான் அகரம் என்றார். இது ஓர் உபதேசமென்பதை நான் அப்போது உணரவில்லை. எல்லாமே எனக்குக் குழப்பம். ஊமையைப் போல் பார்த்து நின்றேன். அதோடு அவ்வத்தியாயம் முடிந்துவிட்டது. அந்த சாது புதுச்சேரியில் 40 ஆண்டுகளாக ஒரு தோட்டத்தில் பழைய வீட்டில் வசித்து வந்தார். அது ஓர் முஸ்லீமிற்கு சொந்தானது. வாடகையின்றி வசித்து வந்தார். உப்பின்றி பொங்கல் சாப்பிடுவார். இரவெல்லாம் கண்விழித்து ஏதோ எழுதிக் கொண்டும் படித்துக் கொண்டுமிருப்பார்.

நான் நீதிபதியாகயிருந்ததால் ஊருக்கு ஊர் மாற்றப்பட்டு அச்சாதுவின் தொடர்பு இல்லாமற் போய்விட்டது. அவருடன் தொர்பு கொள்ளவேண்டும் என்ற அவாவும் போதிய அளவில் இல்லாமலிருந்தது. அவர் 1951ஆம் வருடம் எனக்குக் காட்டிய பொருளைப் பற்றி நான் பிறகு சிந்தித்ததுமில்லை. பல வருடங்களுக்கு பின் தான் அவர் எனக்கு காட்டியது ஓர் முக்கியமாக உபதேசமென்பதை உணர்ந்தேன். இதோடு இங்கு நிறுத்திக் கொண்டு அமுதம் என்ற கற்பத்தைப் பற்றி ஓரளவுக்கு ஆராய்வோம்.

அமுதம்

(அத்தியாயம் 4)

ரசவாதம் உண்மையா, பொய்யா என்னும் ஐயங்கள் எனக்குத் தீர்ந்துவிட்டது. ஆனால் நரம்பு, எலும்பு, தோல், முதலியவைகளினால் ஆக்கப்பட்ட இவ்வுடல் எப்படி மறுமலர்ச்சியடையக்கூடும்? நரை, திரை மாறும்: உடல் கற்தூணாகும் என்ற மொழிகளில் எனக்கு எள்ளளவும் நம்பிக்கையில்லை. வயது முதிர முதிர உடலில் உள்ள சீவ அணுக்கள் பழுதுபட்டு, முதுமை, நரை, திரை, மூப்பு வருகிறது. அவ்வித சீவ அணுக்களை எப்படி உயிர்பிப்பது என்ற ஐயப்பாடுகள் ஒன்றின் மேல் ஒன்றாய் ஓங்கி வந்தன. உடல் அமுதத்தால் மாறுபாடு அடையும்போது பழைய நகங்கள் கழன்று விழும். சட்டைகள் கழலும், கண்கள் ஒளிபெறும், பற்களெல்லாம் விழுந்து புதிய பற்கள் தோன்றுமென்றும் சொல்லப்பட்டுள்ளது. இதெல்லாம் நம்பத்தகுந்த விஷயங்கலல்ல என்ற முடிவுடன் இருந்தேன். அப்படி மாறுபாடடைந்த மனிதன் நாம் யாரையும் கண்டதில்லை. ஆனால் காணாததெல்லாம் நம்ப முடியாதென்று சொல்வதும் மடமையல்லவா? இருப்பினும் மனிதனால் முடியக்கூடியதை நாம் பார்க்காவிடினும் நம்புவோம். சந்திர மண்டலத்திற்குப் போவேனென்று 20 வருடங்களுக்கு முன் ஒருவன் சொல்லியிருந்தானேயானால் அவனை பைத்தியக்கார மருத்துவமனைக்கு அனுப்பி விடுவோம். ஆனால் அது இன்று முடிந்துவிட்ட நிகழ்ச்சி யாகிவிட்டதல்லவா?

பலவிதமான கேள்விகளும் பதில்களும் என்னுள் போராடிக் கொண்டிருந்தன. 1969ம் ஆண்டு வரையில் சாகாக் கலையைப் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்ய முயற்சி செய்யவில்லை. ஓய்வுமில்லை. 1969ம் ஆண்டுவரையில் நீதிபதியாயிருந்து ஓய்வு பெற்றேன். பிறகு இச்சாகாக் கலையைப் பற்றி தீவிரமாக ஆராய்ச்சியில் இறங்கினேன். சாகாக் கலையின் நுணுக்கங்

களை ஆராயும்போது அந்த சாது எனக்குச் சொன்ன அகரம் ஓர் உயர்ந்த உபதேசமென்பதை உணர்ந்தேன்.

காய சித்தியென்பது 40 வயதுக்கு மேல் 80 வயது வரையில் செய்யக் கூடுமாயின் அது மத்திபமென்று சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். 40 வயதிற்குள் முடிப்பதே உத்தமம்.

நான் 60 வயது தாண்டிவிட்டேன். "சித்தர்களால் புகழப்பட்ட சாகா மருந்து கிட்டினால் உபயோகிக்க அவா கொண்டேன். அதன்றி அதன் உண்மையை அறிய வேண்டுமென்னும் பேரவா இருந்தது. நாளுக்கு நாள் இவ்வித இவா வளர்ந்து கெண்டே வந்தது.

ஒரு நாள் புறப்பட்டு புதுச்சேரிக்கு சென்று மேற் சொன்ன சாதுவை தரிசித்தேன். நான் ஓய்வு பெற்று விட்டதால் சாதுவுடன் தங்க அவாவென்று சொன்னேன், நல்லது என்றார். ஆனால் அவர் வாழும் இடம் அவர் உணவு முதலியன சுகத்தில் பழகிய என் போன்றவர்கள் ஒருநாள் கூட தாக்கு பிடிக்க முடியாது. ஆகவே சென்னைக்கு வந்து என்னுடன் தங்க முடியுமா என்று வினவினேன். வருகிறேன் என்ற சொல்லி, சட்டி, குண்டான் முதலிய சாமான்களை எடுத்துக்கொண்டு என் காரில் வந்து சென்னை சேர்ந்தோம்.

ஐந்து மாதங்கள் என்னுடனிருந்தார். கற்பத்தைப் பற்றி அவரிடம் பேசுங்கால், தான் அதை முடித்துவிட்டதாகவும் ஆனால் அதை உபயோகிக்க ஆண்டவன் உத்தரவுயில்லை யென்றும் சொல்லி வந்தார். ஓர் விதமான மெழுகைக் காட்டி இதுவே கற்ப மருந்தென்றார். ஓர் இரவு திடீரென என் வீட்டு அறையில் படுத்திருந்தவர் மறுநாள் காலை சித்தியடைந்தார்.

அவர் காட்டிய மருந்து ஒரு சிறிய கண்ணாடிக் குடுவையில் என் வீட்டு அலமாரியில் இருந்தது. அவர் சித்தியடைந்த பிறகு "மூப்பு குரு", "அமுத கலசம்" என்னும் இரு நூல்களை எழுதி வெளியிட்டேன். சித்தர்கள் நூல்களிலிருந்து முப்பூவைப்பற்றி நான் சேகரித்த சில மொழிகளை அவைகளில் எழுதினேன் . அதில் கற்பம்

சாப்பிடுங்கால் வரும் நோய்கள், அதற்கு பத்தியம் என்பதையெல்லாம் மூப்பு குரு நூலில் எழுதியுள்ளேன். அதில் கற்பம் சாப்பிடுங்கால் உப்பு, புளி சாப்பிடக் கூடாதென்றும், இன்னும் பல வித பத்திய உணவுகளைப் பற்றியும், உடலில் கடுமையான மாறுதல்கள் உண்டாகு மென்றும், எழுதியுள்ளது. உடல் அனலாகும்: புண்ணாகும்: பேதியாகும்: ரத்தம் கழியும்: தொழுநோயின் அறிகுறிகள் காணும், விந்து நீராகும், உடலில் 96 தத்துவங்களும் யுத்தம் செய்யும் என்றெல்லாம் எழுதியுள்ளேன்.

இவைகளை நினைக்கும்போது ஒரு பக்கம் பயம் என் தகப்பனார் 65 வயதில் மரணமுற்றார். நானும் அவ்வயதை நெருங்கினேன். அலமாரியிலிருக்கும் மருந்து உண்மை யிலேயே கற்ப மருந்துதானா: கற்ப மருந்தாயினும் அதை உண்டு சமாளிக்கும் வலிமையுள்ளதாவெனும் ஐயப்பாடுகள் என்னை வாட்டின. ஆயினும் மரண பயம் ஒரு பக்கம் வாட்டிற்று. தாமதிப்பது கால விரயமாகும். அம் மருந்தை சாப்பிடாமலிருந்தாலும் சாகப் போகிறோம்: சாப்பிட்டுத் தான் இறந்தாலென்னவெனும் முடிவுக்கு வந்தேன்.

சித்தர்களின் மொழிகளில் எனக்கு அசைவற்ற நம்பிக்கை யிருந்ததால், அவர்கள் என்னைக் காப்பாற்றுவர் என முடிவுக்கு வந்தேன். அலமாரியிலிருந்த மருந்தை உட்கொள்ள ஆரம்பித்தேன். 5.5.1973 முதல் காலை-மாலை ஒரு குன்றியளவு தேனில் கலந்து சாப்பிட்டேன். 48 நாட்கள் கடந்தன மருந்தும் முடியும் நிலைக்கு வந்துவிட்டது. ஆனால் உடலில் ஒருவித மாறுதலும் காணவில்லை.

மேல் நாட்டு ஞானிகள் பத்தியத்தைப் பற்றி ஒன்றும் சொல்லாவிடினும் நம் நாட்டு சித்தர்கள் உப்பு, புளி முதலி யவை நீக்கவேண்டுமென்று சொல்லியுள்ளனர்.

நம் நாட்டு வெப்ப தட்ப நிலையை அனுசரித்தே இப்பத்தியம் சொல்லியிருக்க வேண்டுமென்று தோன்றுகிறது. ஆனால் நான் பத்தியம் ஒன்றுமே அனுசரிக்கவில்லை. கடுமையான வெயிலில் சுற்றினேன். புளியினால் ஆக்கப்பட்ட

வத்தக்குழம்பு எனக்கு மிகவும் பிரியமானது. இரவில் பிரதி தினமும் சாப்பிடுவேன். இப்படி 52 நாட்கள் கழிந்தன.

ஐம்பத்தி மூன்றாவது நாள் திடீரென உடல் முறுக்க ஆரம்பித்தது. மாலை நான்கு மணி இருக்கும். கோட்டுவாய் விடாமல் வந்துகொண்டிருந்தது. உடனே கடுமையான குளிரும் சுரமும் ஆரம்பித்தது. அதைத் தொடர்ந்து பேதியாக ஆரம்பித்தது. வீடெல்லாம் நாற்றம். அனுபவமில்லாத என் இரு பெண்கள், மாப்பிள்ளை தவிர வேறு வீட்டில் யாரும் கிடையாது. கணக்கற்ற முறைகள் பேதி, என் நிலைமை இழந்து விழுந்தேன். இரவெல்லாம் அதே நிலை காலை 5-மணிக்கு ஓர் புகழ் பெற்ற தனியார் மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்டேன். மாலை 4 மணிக்கு என் சுய நினைவு வந்தது. வேறு கட்டிடத்திலிருப்பதை உணர்ந்தேன். மருத்துவ மனையென்று சொன்னார்கள்.

சிறு வயதில் ஒரு முறை தொண்டையில் ஆபரேஷனும், ஒரு ஊசியும் அறிந்ததைத் தவிர நான் ஆங்கில மருத்துவமே செய்து கொண்டதில்லை மருத்துவமனையில் எனக்கு சலைனும், குளுகோசும் ஏற்றப்பட்டு வருவதை நோக்கினேன். உடனே என்னை வீட்டுக்கு அழைத்துச் செல்லுங்கள் என வற்புறுத்தினேன். ஆனால் என் மக்கள் வற்புறுத்தலின் பேரில் ஐந்து நாட்கள் தங்கி வீடு திரும்பினேன். வீடு சேர்ந்து படுக்கையிலேயே ஒரு மாதமிருந்தேன். மலசலத்திற்கு மாத்திரம் ஒருவர் உதவியால் மெள்ள நடந்து சென்று கொண்டிருந்தேன். ஒரு மாதம் வரையில் நாள் ஒன்றுக்கு 5, 6 முறைகள் பேதியாகிக் கொண்டிருந்தது. ஒரு நாள் திடீரென ஆசனவாயால் சுமார் மூன்றுபடி ரத்தம் கொட்டிற்று. மறுநாள் உடல் முழுதும் வெளுத்துவிட்டது. என் பெற்றோர்கள் ரத்தம் முழுவதும் என் உடலிலிருந்து வெளியேறி சென்று விட்டதாக ஓர் உணர்ச்சி. இந்த அளவிலும் கூட நான் இறந்துவிடுவேனென்ற பயம் எனக்கு எள்ளளவும் இல்லாதது ஓர் வியப்புக்குரிய விஷயம்.

ஏனெனில் என் உடலிலிருந்து உயிர்பிரியும் குறிகள் காணப்படவில்லை. உயிர் உடலில் நிலைத்து நிற்பது போல்

ஒரு உணர்ச்சி. என் உடலை முதல் நாள் சோதித்து டாக்டர்கள் அன்று இரவு கழிந்தால்தான் பிழைப்பாரா இல்லையாயென்று சொல்ல முடியுமென்றனர். அதன் பிறகும் என்னுடைய உடல் நிலையைக் கண்ட என் நண்பர் டாக்டர் S. சௌந்திரபாண்டியன்: M.S. (ஆர்த்தோபெடிக் சர்ஜன் - ஜெனரல் ஆஸ்பத்திரி) அவர்களுக்கும் என் உயிர் நிலைக்குமென்ற நம்பிக்கையில்லை.

இப்படி ஒரு மாதம் படுக்கையில் கழிந்தது. ஆனால் என் உள்ளங்கைகளிலும், கால்களிலும் தோல் உணர்வற்றுப் போவதைப் பார்த்தேன். நாற்பது நாட்களுக்குப் பிறகு தோல் பட்டையாக உறிய ஆரம்பித்தது, ஒரு சட்டை கழன்றது. பாதங்கள் உள்ளங்கைகள் மிருதுவாக பஞ்சு போல் ஆகி விட்டது. கண்ணுக்குத் தெரியாததொரு தூசியின் மேல் கால் வைத்தாலும் அதை உணரக் கூடிய அளவு உண்டாகிவிட்டது.

இப்படி ஒரு மாதமான பின் கை, கால்களிலுள்ள நகங்களெல்லாம் தேய்ந்து புது நகங்கள் வர ஆரம்பித்தன. பின் ஒரு மாதத்துக்கெல்லாம் எல்லா நகங்களும் கழன்று விழுந்துவிட்டன. நாளுக்கு நாள் உணவைப் பெருக்கி வந்தேன். உப்பை மறுபடியும் சாப்பிட ஆரம்பித்தேன். ஆனால் புளியை அறவே விலக்கி விட்டேன்.

நான் மருத்துவமனையில் இருந்த மூன்று நாட்களுக்குள் என் மண்டை, கல்லீரல், நுரையீரல், இருதயம் முதலியன வெல்லாம் புகைப்படம் எடுக்கப்பட்டது. எல்லாம் தன்னிலையில் இருந்தனவென்று டாக்டர்கள் தங்கள் குறிப்பில் எழுதியுள்ளனர். நோய் இன்னதென கண்டு கொள்ளாத நிலை. ரத்தக் கொதிப்பு 120/80 அதாவது ஓர் வாலிபனுக்கு இருக்க வேண்டிய அளவு நீர் அதிகமாக இறங்காததால் என் நோய் **(Urinary Infection)** மூத்திரக் கோளாறு என டாக்டர் எழுதி வைத்தார். அதற்குக் காரணம் கட்டுக்கடங்காத பேதியென்பதை அவர்கள் கவனிக்கவில்லை போலும்.

இந்த சூழ்நிலையில் நான் மேற்படி மருந்து சாப்பிடுவதற்கு முன்னிருந்த என் உடல் நிலையைப் பற்றி சொல்ல வேண்டிய அவசியமுள்ளது. நான் 1969-ல் ஓய்வு பெற்றேன். 1971ம் ஆண்டு என் பென்ஷனில் (உபகார ஊதியம்) ஒரு பகுதியை ஒருமிக்க அடைய அரசுக்கு மனு கொடுத்தேன். அரசு நியமித்த ஆங்கில மருத்துவக் குழு முன் உடல் பரிசோதனைக்கு நான் ஆளாக வேண்டியிருந்தது. அக்குழு என்னைப் பரிசோதித்து இரத்தக் கொதிப்பு அதிக மாயுள்ளதென, அதாவது 180/110 உள்ளதெனச் சொன்னார்கள். என் மனு அக்காரணத்தால் நிராகரிக்கப் பட்டது. அடுத்தாண்டு அதாவது 1972லும் மற்றொரு முறையும் மனுச்செய்தேன். இரண்டு முறைகளுக்கு மேல் மனு செய்ய முடியாது. மேற்படி மருத்துவர் குழு என்னை பரிசோதனை செய்து ரத்தக் கொதிப்பு மிக மிக அதிகம் (210/110) என்றதினால் என் இரண்டாவது மனுவும் முன் மனு கதியையடைந்தது.

இதற்குப் பின் தான் நான் மேற்படி கற்ப மருந்து சாப்பிட்டேனென்பது குறிப்பிடத்தக்கது. அதன் பிறகு சோதித்த பிரபல டாக்டர்கள் எனக்கு ரத்தக் கொதிப் பென்பதே கிடையாதென்றும் 120/80, தானுள்ளதென் பதையும் மேலே குறிப்பிட்டுள்ளேன். இதிலிருந்து நாம் அறிவதென்னவெனில், கற்ப மருந்து எல்லா பயங்கர நோய்களையும் பூரண குணமாக்கவல்லதென்பதை அறிகிறோம். 210/110 ஒருவனுக்கு ரத்தக் கொதிப்பு இருந்தால் அவன் காற்றில் மிதப்பவன் போல் நடப்பான். தலை சுற்றும், கை கால்கள் சோர்வுறும் என்றோ ஒரு நாள் கை கால்கள் சுவாதீனமற்றுவிடும். ஹிருதயத் துடிப்பு உண்டாகி மரணத்தை உண்டுபண்ணும். அப்படிப்பட்ட பயங்கரமான நிலைகள் அனுபவிக்கக்கூடிய நிலையை மாற்றி ஓர் வாலி பனின் ரத்த அழுத்தத்திற்கு மாற்றி அமைத்ததென்றால் அது ஓர் தெய்வ மருந்தென்பதில் ஐயமில்லை ரத்தமின்மையால் வெளுத்துக் காணப்பட்ட என் உடலில் ரத்தம் உண்டாகி ஆரோக்யத்தைப் பெற்றேன்.

கற்பத்தின் விளைவால் உடலில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளைப் பற்றி மேலே படித்தோம். பாரசெல்சஸ் மகான் இம்மருந்து உடல் முழுதையும் சுத்தப்படுத்துவ தல்லாமல் நகம், தோல்வரையிலும் தாக்கி அவைகள் கழன்று விழுந்து புதிதாக வளருமென்று சொல்லியுள்ளார். அம்மருந்து ஓர் அமிலமென்கிறார். யேசுநாதர் அது தெய்வீக கெங்கை என்கிறார். ரிக் வேதத்தில் சொல்லப்பட்ட சோமபானம் என்னும் கற்பமருந்து மேற்படி கெங்கைக்கு ஒப்பானதென்று உணருகிறோம்.

நிற்க, என் சொந்த அனுபவத்தை இங்கு குறிப்பிட்டதற்கு காரணம் நான் சித்தர்கள் நிலையையடைந்து விட்டே னென்றல்ல. உடல் தூல நிலையிலிருக்கும் வரையில் சாவு ஏற்படக்கூடும். இது வெட்டுப்படலாம்: நீர்: நெருப்பு: காற்றுக்கு அடங்கியதாகும். ஆனால் சூக்கும உடல் இவைகளுக்கெல்லாம் அப்பாற்பட்டது. சித்தசாத்திரங்களில் சொல்லப்பட்டவை முற்றிலும் உண்மையென்பதை எடுத்துக் காட்டவே என் சொந்த அநுபவத்தை எழுதலானேன். இவ்வித அனுபவம் பெற்றவர்கள் கோடிக்கு ஒருவர் இருக்கலாம். ஏனெனில் சித்தர்கள் மொழியில் எனக்கிருந்த ஆழ்ந்த நம்பிக்கையும், மரணத்துக்கும் அஞ்சாது ஏதோ ஒரு மருந்தை சாப்பிடுவதற்கும் மன உறுதி எல்லோருக்கும் வருவது துர்லபம். ஆகவே காயகற்பம் என்பது முற்றிலும் உண்மையென்பதை அறிகிறோம்.

கற்பம் எதனால் செய்தது ?

(அத்தியாயம் 5)

இதைப்பற்றி முப்புகுரு, அமுத கலசத்தில் விரிவாக எழுதப்பட்டுள்ளமையால் மறுபடியும் அதையே திருப்பி எழுத மனம் இடம் கொடுக்கவில்லை. ஆகவே சுருக்கமாக முடித்துவிடுகிறேன்.

ஏசுநாதர் இதை உயிரை மறுமலர்ச்சி செய்யும் நீர் என்றும் இதை சாப்பிடுபவன் காலவரம்பின்றி உடலுயிருடன் வாழலாமென்றும் சொல்கிறார். மகான் பாரசெல்சஸ் முப்பூ என்னும் பொருளில், உப்பு, கெந்தகம், பாதரசம் உள்ளதென்றும், இவைகளை பிரித்து கூட்டின் ரசவாத மருந்தாகிய கற்பம் முடிந்து விடுகிறதென்றும் சொல்கிறார். நம் நாட்டு சித்தர்கள் அதையே நாதம், விந்து என்கின்றனர். ஒரே பொருளில் இவ்விரண்டும் அடங்கியுள்ளதென்றும் இதை இரண்டாகப் பிரித்து கூட்டவேண்டுமென்கின்றனர். ஒன்று உப்பாகவும் மற்றொன்று நீராகவும் உள்ளமையால் அதை அப்பு, உப்பு, அகர உகரம், எட்டிரண்டு என்று சொல்வாராயினர்.

ஆயினும் அந்த பொருள் என்னவென்று கேட்டோமானால், அது ஒன்றுமில்லை, பஞ்ச பூதத்திலொன்று என்ற அகத்தியர் சொல்லி முடித்துவிட்டார்.

நம் சித்தர்களைப் போலவே மே நாட்டு சித்தர்களும் அது குரு பரம்பரையாய் உபதேசக் கிரமமாய் அறிய கூடியதேயொழிய சாத்திரங்கள் மூலம் அறியக்கூடியதல்ல வென்று முற்றுப்புள்ளி வைத்துவிட்டனர். தகுந்த மாணாக்கனுக்கு ரகசியமாய் உபதேச வாயிலாக தெரிவிக்கக்கூடிய தென்றனர். இதைப்பற்றி மேற்சொன்ன நூல்களைப் பார்க்கவும்.

பதினென் சித்தர்களால் சொல்லப்பட்ட நூல்கள் கிடைத்த அளவுக்கு வாங்கிப் படித்து ஆராய்ச்சி செய்தல் அவசியம். சாத்திர ஞானமும் வேண்டும். ஏனெனில் அது உபதேசம் பெற்றவுடன் தான் கண்ட நூல்களின் அந்தரார்த்தம் உடனே புரிந்து கொள்ள உதவும். அதுவுமன்றி ஒழுக்கம் வேண்டும்! அடக்கம் வேண்டும். ஆணவத்தைப் பொசுக்கவேண்டும்.

மேற்சொன்ன கருத்துக்களுக்கு ஆதாரமாக கீழ் கண்ட சித்தர்களின் சில பாடல்களை பார்க்கத் தக்கது.

கற்பத்தால் சாகா நிலை

"கற்ப நிலையாலலவோ கற்ப காலங்கடத்தல்
சொற்ப நிலைமற்ற நிலை சூட்சங்காண்கன் மனமே
சாகா திருப்பதற்குத்தான் கற்குங் கல்வியன்றோ
வாகான மெய்க்கல்வி வகுத்தறிநீ கன் மனமே

(இடைக்காட்டு சித்தர்)

வாழ்வதற்கு அமுதரச கற்பங் கொண்டால்
வாசியென்ற ஆவியது பிரகாசிக்கும்
கால்வலுக்கும் மேல்வலுக்கும் கண்துலங்கும்
கமலமல வமுதரசங் கசிந்து காணும்
மேல் வெளுக்கும் மெய்ஞ்ஞான தீபங்காணும்

காலாங்கி உபதேச ஞானம் - 34

அமுதத்தை யீவாளனந்தஞ் சோதி
அமுதத்தைக் கொள்ள யாருக்கு மேலாய்
அமுதத்தைக் கொள்ள யாருமறியார்
அமுதத்தை விட்டாலாகாது சித்தியே.

சித்திக்கு முத்தி யெட்டுடனிரண்டையும்
அத்திக்குமென்று அமுதத்தை வாங்கிப்
பத்திக்குளஞ்சை மவுனத்துட்டாக்கி
யெத்திக்குஞ் சத்தி யிருந்ததைப்பாரே

சித்திக்கும் ஞானமும் யோகமும் சித்தி
சித்திக்கும் வாதமும் காயமுஞ் சித்தி
சித்திக்கு மாத்திரம் தியானமுஞ் சித்தி
சித்திக்கும் நினைத்த கருமமும் சித்தியே.

(திருமூலர் ஞானம் - 84)

பாரப்பா பதஞ்சலியே சொல்லக்கேளு
பூங்கான முப்பூவை யறிய வேணும்

(தெட்சிணாமூர்த்தி ஞான சூத்திரம்)

சித்தரிடம் சேர வழி

திறமாகச் சித்தரிடம் சேரவென்றால்
செப்புகிறேன் முந்தி முந்தி பொய்யை நீக்கு
உறமாகச் சத்தியமே பேசு பேசு
ஒருபவமும் செய்யாதே கோபம் போக்கு
திறமான உடலறிந்து கற்ப முண்ணு

- போகர்

உரைத்துநின்ற காயசித்தி யாகத் தேகம்
உத்தமனே சொல்லுகிறேன் கற்ப மார்க்கம்
மறைத்து வைத்த வழலைதனைத் திறந்து விட்டேன்
மதியமிர்த மானகற்ப மள்ளியுண்ணு
திரைத்துமே நின்றதொரு தேகஞ்சித்தி
விரைத்துவிட்டேன் அமிர்தத்தை யள்ளி யள்ளி
மெய்ஞ்ஞான கற்பமிது மேவிப்பாரே.

சுப்பிரமணியர் சுத்தஞானம் - 101

(வழலை - முப்புவின் பெயர்களில் ஒன்று)

எட்டிரண்டும் அறியா குரு

பேணி யதோரடி வயிற்றைப் பார்வை செய்வார்
பிலமுள்ள மேல்வயிற்றைத் தியானஞ் செய்வார்
பாணியதோர் நெஞ்சதனை தியானஞ் செய்வார்
பகருகின்ற கண்டத்தை நிசமேசெய்வார்
காணியதோர் கபாலநிலவரமே யென்பார்
கருத்துள்ள நெற்றிக்கண் காணச் சொல்வார்
ஆணியதோர் மூக்குமுனை யதீதமென்று
அழகுள்ள விருகண்ணும் பார்வையாமே.
பார்வையென்ற திந்தமுறை யதீதமென்பார்
பண்பில்லா மூடரப்பா நியாயஞ் செய்வார்
சேர்வையென்ற குருசீடரிருவர் கெட்டார்
செகந்தனிலே நோய்பிறந்தே உழன்று போவார்

கோர்வையென்ற வைம்பூதக் கவனமாகிக்
கொடிதான துயரத்தால் மாண்டுபோவார்
ஏர்வையென்ற ஞானம் வந்து என்ன செய்யும்
எட்டிரண்டும் அறியாத மூடர்தானே
நாட்டியதோர் திசைகம்பந் தன்னைக் காணார்
நாட்டில் குருவென்று முபதேசஞ் சொல்வார்
ஏட்டிலே யெழுதிய மந்திரத்தை யெல்லாம்
யியம்பு வான் மட்டி சொன்ன விதத்தைக் கேளு
....

(சுப்பிரமணியர் ஞான சைதன்யம்)

எட்டிரண்டும் தெரியாதஎன் கையிலே கொடுத்தீர்
இதுதருணம் திறந்ததனை எடுக்க முயல்கின்றேன்.

ராமலிங்கம்

ராமலிங்க அடிகளார்

ஆறாம் திருமறையில் காணும் பாடல்கள்

மதிமண்டலத் தமுதம் வாயார உண்டே
பதிமண்டலத் தரசுபண்ண -
. . . .
இத்தார் அருளமுதம் யானருந்தல் வேண்டும்
. . . .
சாகா அருளமுதம்தான் அருந்திநான் களிக்க !
நாகாதிபர்சூழ் நடராஜா ....
. . . .
அருளோங்கு தண்ணமுதம் அன்பால் அருந்தி
மருள் நீங்கி நான்களித்து வாழப்
. . . .
வானோக்கரி தெனவே மாமறைகள் சாற்றுகின்ற
ஞானோதய அமுதம் நானருந்த
....

எட்டிரண்டு

'மலமதம் பொய்ம்மை யென்றோது குயிலே - எழு
புவனமகன்றிட்டோ மென்றோது குயிலே
எட்டிரண்டிறிந் தோற்கிடரில்லை குயிலே - மன
மேகாமல் நிற்கில் கதியெய்துங் குயிலே."
சாதனங்கள் செய்தவர்கள் சாகார் குயிலே எல்லா த்
தத்துவங்கள் தேர்ந்தவர்கள் வேகார் குயிலே

- இடைக்காட்டு சித்தர்

குருவின் முக்கியத்துவம்

"காட்டிலிருந்தாலும் கனதவஞ் செய்தாலும்
காட்டுங் குருவில்லாமல் ஞானம்மா -
கண்டறியலாகாதே
சம்சார மென்னுஞ் சாகரமாமென்றும்
இம்சையடை வோர்கள் - ஞானம்மா
யிருந்து பயனாவதென்ன."

- புண்ணாக்கு சித்தர்

சாதி, மதம், வேதங்கள் கற்பனையெனல்

"ஆண், சாதிபெண் சாதியாகு மிருசாதி
வீண் சாதி மற்றவெல்லாம் - குதம்பாய்
வீண் சாதி மற்ற வெல்லாம்
பற்பல சாதியாய்ப் பாரிர் பகுத்தது
கற்பனையாகும்மடி - குதம்பாய்
கற்பனையாகும்மடி
நீதிமானென்றே நெறியாயிருப்போனே
சாதிமானாவனடி - குதம்பாய்
சாதிமானாவனடி
பற்பல மார்க்கம் பகர்ந்திடும் வேதங்கள்
-ற்பனையாகும்ம்டி - குதம்பாய்
றபனையாகும்மடி

- குதம்பை சித்தர்

நாதவிந்து சேர்ந்தது முப்பு

ஆறாறு காரமும் நாறுமே சேர்ந்திடில்
வீறான முப்பாமடி
விந்தொடு நாதம் விளங்கத் துவங்கினால்
வந்தது வாதமடி - குதம்பாய்
வந்தது வாதமடி

அதுவே அப்பு உப்பு

அப்பினைக் கொண்டந்த உப்பினைக் கட்டினால்
முப்பூவா குமடி. - குதம்பாய்
முப்பூவாகுமடி

ஐந்து சரக்கோடு விந்து நாதஞ் சேரில்
வெந்திடும் லோகமடி - குதம்பாய்
வெந்திடும் லோகமடி

முப்பூவை உண்டவர் கற்பாந்தம் வாழ்வர்

பொற்பாந்த முப்பூவைப் போதம் பொசித்தவர்
கற்பாந்தம் வாழ்வாரடி - குதம்பாய்
கற்பாந்தம் வாழ்வாரடி
வே வாத முப்பூவை வேண்டியுண்டால் பாரில்
சாகாமல் வாழ்வாரடி குதம்பாய்
சாகாமல் வாழ்வாரடி

- குதம்பை சித்தர்

முப்பூவினால் வாத யோக ஞானம்

"முப்பூவினாலே முடிக்கலாம் வாதம்
முப்பூவினாலே முடிக்கலாம் யோகம்
முப்பூவினாலே முடிக்கலாம் ஞானம்
முப்பூவை விட்டால் முடியாது பாரே

(சட்டை முனிகுரு சூஸ்திரம் - 20)

எல்லாமும் வல்ல சித்தென்றல்லா மறைகளுஞ்சொல்

நல்லார் அமுதமுதுநான் அருந்த நல்லார்க்கு
நல்வாழ்வளிக்கும் நடராயா மன்றோங்கு
செல்வா வைத்திற
ஏழ்நிலைக்கு மப்பால் இருக்கின்ற தண்ணமுதம்
வாழ்நிலைக்க நான் உண்டு மாண்புறவே

. . . .

ஈன உலகத் திடர்நீங்கி இன்புறவே
ஞான அமுதமுது நான் அருந்த

....

நானிருக்கும் குடிசையிலே வலிந்து நுழைந்தெனக்கே
நல்லதிரு அருளமுதம் நல்கியதன்றியுமென்
ஊனிருக்கும் குடிசையிலும் உவந்து நுழைந்தடியேன்
உள்ளமெனும் சிறுகுடிசை உள்ளும் நுழைந்தனையே

சாகாக்கல்வி - கால்.தலை என்பதென்ன ?

"சாகாத தலையிது வேகாத காலாம் இது காண்
எனத் தயவு செய்துரையே
போகாத புனலையும் தெரிவித்து என்உளத்தே
பொற்புற அமர்ந்ததோர் அற்புதச் சுடரே
சாகாத கல்வியிலே தலைகாட்டி கொடுத்தீர்
தடையறியா கால்காட்டித் தரம்பெரவும் அளித்தீர்
போகாத புனலாலே சுத்த வுடம்பினராம்
புண்ணியரும் நண்ணறிய பொதுநிலையும் தந்தீர்

- ராமலிங்கசுவாமி

(மூப்பு மார்க்கத்தை குறிப்பதாகும்)

(அதனாலடைந்த வாசிலயத்தையும் குறிப்பதாகும்)

**"எட்டோட இரண்டையும் சேர்த்தெண்ணவும் அறியீர்
எத்துணை கொள்கின்றீர் பித்துலகீரே. -**

ராமலிங்கர்

**ஊனேயும் உடலழியாது ஊழிதொறும் ஓங்கும்
உத்தமசித்தியைப் பெறுவீர் சத்தியம் சொன்னேனே.**

ராமலிங்கர்

ஆகவே உடலழியாது உத்தமசித்தி பெறுவதே முக்தி.

அதுவே உண்மை முக்தி நிலை. அந்நிலையையடைய சாகாக்கலையை குருமுகமாக அறிதல் வேண்டுமென்க. சத்தியம். இது சத்தியமென்று ராமலிங்க சுவாமி சொல்வதைக் காண்க. "சாகாத கல்வியிலே தலைகாட்டிக் கொடுத்தீர்," என்பதையும் காண்க. ஆகவே காட்டிக் கொடுக்க ஆசான் ஒருவன் வேண்டுமென்பதையும் அறிக.

சாகாநிலை கொடுக்கும் அமுதம்: மருள் தேகத்தை நீக்கி சுத்ததேகம் அளிக்கும் அமுதம்: எல்லா மறைகளும் சொல்லும் அமுதம்: வாழ் நிலைக்க அதாவது உடல் உயிர் நிலைக்க உதவும் தண்ணமுதம்: உலக இடர்களான பசி, பிணி, மூப்பு, சாக்காடு நீக்கும் அமுதம்: என் குடிசையினுள் புகுந்து கொடுத்த அமுதம் - என்று ராமலிங்கர் களிப்புடன் பாடுகிறார்.

"முட்டியே மதுவுண்ணு கற்பமுண்ணு
முதண்ட காயத்தை சித்திபண்ணு
காட்டியே கனமா மூலிகையை யுண்ணு
கசடறுக்குஞ் சனத்திற்கண் ணொளி தான்மீறும்
ஆட்டியே அண்ணாக்கிற் கபத்தைத் தள்ளு
அடுக்காறு தலத்திலுள்ள ஆம்பல் நீக்கு
வாட்டியே ஐம்புலனை வாளால் வீசு
மறவாதே இரவுபகல் வாசிமாட்டே"

- போகர் உபதேச ஞானம்

அகரம் உகரம் சேர்ந்த முப்பு
கூற்றுவனை அகற்றும்

ஆமப்பா அகாரமுடன் உகாரம் ரெண்டும்
அறிந்து மனதுரிமையினாற் கொண்டாயானாற்
போமப்பா கபமான கூற்றுவன்றான்
பொருந்தி நின்ற மூல அனல்தன்னால் மைந்தா
ஓமப்பா ஓமுடித்து அகன்று போகும்
உத்தமனே மறுபிறவியில்லையில்லை
காமப்பால் கானற்பால றிந்து கொண்டு
கக்ஷிமாம் நவக்கிரகச் சூட்சம்பாரே

(கடைப்பிள்ளை ஞான தண்டகம் – 50)

முப்பூ வாசியென்னும் உயிரை நிலைக்கச் செய்யுமெனல்

"முப்பூ வழலை முடிக்க வறிகிலார்
முப்பூ வழலை முடிக்க வல்லார்க்கு
முப்பூவில் தீட்சை முப்பத் திரண்டுடன்
முப்பூவில் சோடசம் மூலமுங் குருவே
ஆவது சித்தம் அழியாது காயந்தான்
ஆவது ஞானத்துக் காதியாம் யோகந்தான்
ஆவது யோகத்துக் காதியாம் வாசிதான்
ஆவது வாசிக்குடி மூல மாதியே"

– மச்சமுனி ஞானதீட்சாவிதி - 100

வழலையென்ற முப்பூவினால் 64 சரக்குகளும் நீறுமெனல்

"வழலை சவுக்கார மென்பார்கள் வாதிகள்
உழலைப் படுவாருள் ளெண்ணெய் வாங்கிடத்
தழலி லெரிப்பார் தாளிப்பார் கண்டிலார்
பழவினை யென்று பகுத்தறியாரே.

ஆதிவழலை யருஞ்சுண்ண மானபின்
சாதிச் சரக்கு அறுபத்து நாலும்
ஓதியு பரசமொரு நூற்றிருபது
வாதிக ளாற்றினம் வகையான தொன்பதே

– துருவாசர் ஞானசூத்திரம் - 77

வேகாத்தலை - போகாப்புனல்

"வேகாத தலையென் றோஉப்பு உப்பு
மேலான வளர் கலையே அப்பு அப்பு
போகாத புனலன்றோ சுத்த கங்கை
பூரணமும் காரணமும் போதித் தேனே."

அகத்தியர் பரிபாஷை திரட்டு - 79

"காணாத பொருளொன்று சொல்லக்கேளு
கமலசத்த சாகரமும் உப்பேயாச்சு
தோணாதஉப் பெல்லாம் நீர்தானாச்சு
தொலையாத முப்பூவு மிதிலே யாச்சு
காணாத தண்ணீரை யிறுத்துக் காய்ச்சு
நாட்டுள்ளோர் சுவைகண்டு யெடுக்கலாச்சு
ஆணாத சிவசக்தி யென்ற மார்க்கம்
அடங்காத சிவகங்கை யென்றுகூட்டே.

– குதம்பைசித்தர் ஞானசூத்திரம் – 18

(அப்பும் உப்பும் சேர்த்து காய்ச்சினால் முப்பூவாச்சு)

சில சித்தர்கள் முப்பு என்பது மூலப் பொருளாகச் சொல்வர். மாற்றி மாற்றி சொல்வது அவர்கள் தந்திரம்)

"ஆத்துமத்தைத் தான்பிடித்து அன்புகொண்டு
சுத்தி செய்து
ஆத்துமத்தைக் கூடியடையாம - லாத்துமத்தைக்கு
ஓடவிட்டு பார்த்திரு / மூதாரி காளும்மைத்
தேட விட்டிடுவானோ சிவன்

- திருமூலர்

(உடலிலிருந்து உயிரை பறக்க விட்டு பார்ப்பது மடமை. அதை விட்டபின் சிவத்தை நீங்கள் எங்கு பார்ப்பது)

வழலை யென்னும் முப்பு

வழலையும் இந்தும் வகை யறிவோர்க்கு
வழலையிலேமம் வருடிக்குஞ் சக்தி
வழலையில் பூவைமாட்டி மணந்தால்
வழலையைக் கொல்லும் வருமெண்ணெய்போமே.

- திருமூலர் குருநூல் முப்பு சூஸ்திரம் - 200

ஓதினார் வழலை யதுயென்று பேரு
உறுதியாய்ப் பூநீரில் கன்னங் கூட்டிப்
பாதியே பாணிவிட்டு தொட்டுப் பாரு
பதிவாக வழவழப்பு கையில் தோனும்
சோதிபெற யிதுக்குப்பேர் வழலையாகும்
தொல்லுலகி லறியாத மூடர்தானும்
போதித்தால் பிண்டமென்றும் தீட்டாமென்றும்
போக்கோடே யெடுத்துமே சுடுவார்தாமே.

(யாகோபு சுன்னக் காண்டம் - 400)

கற்பம்

"ஆகா நற்கற்பந்தான் ஆகத் துரைத்தால்
சாகாத வாழ்வு தான்வருங்கண்டாய்
ஆமே கவுனமழகுள்ள காயம்
தாமே பெருகும் தனித்த ரிஷிகாண்
நாமே கைகண்டோம் நவின்ற மூவாயிரம்
பூமேலுண்டறிஞர் புலனறிவாரே

- திருமூலர்

கற்பம் சாப்பிட்டபின்

கொண்டாற்பின் கோபமாகாது சொன்னேன்
பெண்டாளுறவும் பிள்ளையி னுறவும்
கண்டா சைப்பட்டாற் காயங்களற்பம்
தொண் டாரைப்போலே துணிந்திருப்பாயே.

இருப்பாயிருமூன்று திங்கள் கழித்தால்
நரைப்போய் திரைபோய் நல்வச் சிரகாயம்
திருப்பால் நந்தீசர் தெரிசனை யுண்டாம்
வரைப் பாற்படி மனதிரங்கு வார்பாரே.

கற்பம் சாப்பிடின் ஐந்து வாசல்களும் திறக்கும்

இடு கோபம் நீக்கி யிருவ டேகுகையில்
மடுவூறும் பால்போல் வருடிக் குங்கற்பம்
திடமா யீராறு திங்களுங் கொண்டால்
உடல்மீறி வுறைன் வயதிருநூறே.
இருநூ றல்லாது இனியுந்தான் கற்பம்
திறமா மமுதந் தேக்கிடப்பாரு
கரியானும் ஆநெய் கலக்கு மிதமாய்ப்
புரிவாய மேல்வாசற் புடையினிற் கொள்ளே.

செல்லுவாய் நாலுதிர வலஞ் சுற்றி
வெல்லுவாய் மண்டலம் மீன அமுதம்
புல்லுவா யைந்து கதவினுடை பூட்டுஞ்
சில்லென விட்டுத் தெரிக்குங் கதவே

கதவு திறந்தாற் கயிலாச மப்பா
கதவு திறந்தாற் காரண மப்பா
உதவா தமுதம் உதவிகள் செய்தால்
சதகோடி காலந் தாளொரு நாளே.

- திருமூலர்

சிவன் செத்தாலும் கற்பம் சாப்பிட்டவனுக்கு அழிவில்லை

சிவனார் பிறந்து சிதறி விட்டாலும்
இவனுக் கழிவே யில்லை யெக்காலமும்
உவளகமான மீரேழு லோகமும்
அவனே சஞ்சார னாவனாஞ் சிவமே.

சிவமான யோகந் திட்டிக்க வேணும்
புவிமீதிற் கற்பம் பொறிதங்க வேணும்
சிவபூஜை சத்தி தியானங்கள் வேணும்
கவனமெய்ஞ் ஞானங் கற்றறிவாயே !

சாகாத கல்வியைத் தாங்கற்க வேணும்
வேகாத சிந்தை படைத்திட வேணும்
கோகா மியத்தைக் குறைத்திட வேணும்
ஆகாத மட்டைக் கறிவ துண்டாமோ.

பானமதாகப் பதிமதி யமூர்தம்
ஊனுளங் கொண்டா லுயிரில்லை யப்பா
வானம் பூமிமலை கடலில்லை
ஞானம் பெருத்தா னமக் கொப்பவனே.

அவயோகம்

யோகம் என்பதறியாத குருமார்கள் பாமர மக்களுக்குப் பலவிதமான மாறுபட்ட சாதனைகளைக் கற்றுக் கொடுத்து அதைப் பழகி அவதியுறுபவர்களின் கதியை புலஸ்தியர், மிக மிக விளக்கமாய் கற்பம் 300ல் சொல்லியுள்ளார். கீழே பார்ப்போம்.

"காணுமூச்சடக்கி விழியதை யுருட்டி
கபாலமுந் திறந்தனர் கோடி
கனத்த வாய்வதனால் குன்மநோ யணுகி
கலங்கினோர வரொரு கோடி
தோணுமெய் மறந்து சுழன்றுன னெழும்பிச்
சொக்கினாரே வரொரு கோடி
சூலைவாய்வணுகி சுவாலையுமெழும்பிச்
சுரமதாலிறந்தவர் கோடி
ஊனு முண்ணாக் கையண்ணாக்கிற்றாக்கி
யுருண்ட வரவரொரு கோடி
உயர்ந்து சாணீளம் முழுமது எழும்பி
யுறங்கியே யொடுங்கினோர் கோடி
பேணதிசாரப் பேதி வந்தணுகி
பில வியாலிறந்தனர் கோடி
பெருமையாய் கற்ப சாதனையறியார்
பிராணனு மொழிந்து மாண்டனரே

இனமறியாமலிருத்தியே வாய்வை
இறந்தனரவரொரு கோடி
இனிய தம்பனஞ் செய்தெழும்பியே கும்பித்
தேங்கினோர வரொரு கோடி
கனமறி காற்றை நாசியால் விடுத்து
கருதியே இறந்தனர் கோடி
கண்டுநாசியை விட்டொன்று விட்டொன்று
கலங்கியே மடிந்தனர் கோடி

தினமொரு நாழி வாசி கொண்டேற்றிச்
சிவபுரமேவினார் கோடி
தனிபெரு விரலண்ணாக் கதையேற்றித்
தயங்கி னாரவரொரு கோடி
சலமதில் மூழ்கிச் சாதனை யதீதச்
சாவு வந்தெய்தினோரறிந்தே.
அறிவத்திவ் வாறின் கருத்தினையியம்ப
அவனி மாக்களிற் சில பேர்கள்
அம்பு விதனிலே மறையவுஞ் சூழ்செய்
யதனிலும் பதுங்கினோர் கோடி

சரிந்திடும் குலையாற் கதலிதான் தடுத்துத்
தளர்ந்தது போலவு மயங்கித்
தயங்கினா ரேங்கித் தரணியிற் சிலபேர்
தாமரையிலையின் நீர் போலப்

பறந்தது பறந்து பார்வை கண்டதுபோற்
பாருலக நீதமுந் தேடிப்
பட்டபாடிருக்கும் பரீட்சை கண்டறிந்தும்
பரிந்து பட்சணம் பணவிலையோ
தெரிந்து மிப்பரீட்சை யுதாரண மநேகர்
தெளிந்த வரறிந்துமே செப்பத்
தேறிடும் வாசி யோகத்தின் பெருமை
திருத்தமாயுரைத் திடலாமே.

ஆகவே சிவயோகமென்று அவயோகம் செய்வதால் பயங்கரமான விபத்துக்கள் உயிருக்கு உண்டாகுமென்பதை மேற்கண்ட பாடல்களால் நாம் அறிகிறோம்.

அவயோகம் செய்வது கூடாது. அது தெய்வத்துக்குப் புறம்பானது.

கற்பங் கொண்டவனே ஞானி

அவனே பிரமன் அவனே சிவனாம்
அவனே அரிதா னவனே சித்தன்

அவனே தேவன் அவனே யோகி
அவனே முனிவ னவன் சத்தி தானே

- திருமூலர்

கும்பகம் செய்தல் வீண்

மாய்கிறீர் வீணே மனத்திருக்கும் மெய்யறிந்து
தேயு வுணர்ந்து பதஞ்சேராமல் - வாயுவைத்தான்
கும்பித் திருந்தாற் குடலு முடலுயிரும்
வெம்பி யுலர்ந்து விடும்

ஆசாரம் அனாசாரம்

சிவத்தை யறியநீர் சித்தறியீ ரொன்றாய்த்
தவத்தை யறியாமற் றாக்கும் - பவத்திலினிப்
பேசாப்பாற் கொள்ளுகின்ற பித்தரே உம்முடைய
ஆசாரங் காசாகுமா.

தலைகால் தெரியாத மூடர்கள்

காலிருக்க பொய்க்காலைக் காட்டிப் பொருள்பறிக்கும்
கோலக் குருக்களைப் போய் கும்பிட்டு - கால்பிடித்துக்
கையறிந்து போற்றிட்டுக் கண்ணறிந்து முக்காலுங்
கொய்வார் மனஞ் சுத்தமென் றாங்கொல்.

பெரியோனென்பவன் யார் ?

பொன் வெள்ளி செய்கிறவன் பெரியோனல்ல
பாழான அஷ்டசித்தி பெரியோனல்ல
முன்னின்ற வயித்தியனும் பெரியோனல்ல
மூச்சடக்கி யெழும்பினவன் பெரியோனல்ல
சின்னமுள்ள குழியிருப்போன் பெரியோனல்ல
திறமுடனே கெவனமிட்டோன் பெரியோனல்ல
தன்னிலையை அறிந்தவனே பெரியோனய்யா
தனையறியான் வகைகெட்ட சண்டிமாடே (98)

குருவென்பவன் யார் ?

குருவென்று சொன்ன சொல்லாருக்காச்சு
குருபரனை யறிந்தவர்க்கு சொல்லலாச்சு
திருவென்று சொன்ன சொல்லாருக்காச்சு
சிந்தைதனை தெளிந்தவர்க்கு செப்பலாச்சு
தருவென்ற சொல்லாருக்காச்சு
தயாபரியாம் வாலைதனையறிந்தோர்க்காச்சு
கருவென்று சொன்ன சொல்லாருக்காச்சு
கர்த்தனென்ற சதாசிவனுக் காகுந்தானே.

- சுப்பிரமணிர் சுத்த ஞானம் - 101

இவ்விதமிருக்க பலர் பாதபூஜை யென்று வியர்வை ஒழுகும் கால்களை அலம்பி, அந்நீரை தீர்த்தமென்று குடிப்பதும், கால்களைப் பிடித்து கும்பிடுதலும் மடமை. பொய்க்காலை நீட்டும் போலி, காலின் உண்மைப் பொருளை அறியாத மடையன், கட்டணங்களை வைத்து நடைப் பிணத்தின் கால்களை நீட்டி பணம் பறிக்கும் திருடன், விபூதியின் பொருளறியாது உடலெல்லாம் அதை பூசிக் கொண்டு, நாமத்தின் பொருளறியா அஞ்ஞானிகள் நாமங்களை சாத்திக் கொண்டு பட்டு பீதாம்பரங்களை அணிந்து கொண்டு மேடைகளில் அமர்ந்து கொண்டு பாடல்கள் பாடிக்கொண்டு பெண்கள் பக்கமாக கண்களை உருட்டிக் கொண்டிருக்கும் குருடர்கள், தலைகால் தெரியாத தடியர்கள், குருடனுக்கு குருடன் வழிகாட்ட முடியுமா வென்று கேட்கிறார் திருமூலர். கீழ்க்கண்ட பாடல்கள் மகாமுனி கருவூரார் பாடியவை படித்து சிந்திக்கற்பாலது.

நெத்தியிலிருக்கும் நினைவறியீருத்த ளமாய்ப்
பத்தியுடன் பூசிப்படிப்பதென்ன - நெத்தித்
திருநீற்றின் மேலே திலதமிடவந்த
விருநீறு பூசுமிடம்.
நாமமிருக்கும் நடுவிறியீர் நாமமிடுந்
தாமமுகத்தின் தலமறியீர்.

- என்கிறார் மகாமுனி கருவூரார்

யார் சைவர் ?

சைவ ரென்பதா ரென்னிற் றன்னையறிந்தவரே
சைவமில்லார் தவங்கள் தள்ளாட்டம் - தெய்வநிலை
சாரப்புலமை வரத்தன் கவியைக் கொள்ளாதார்
சேரார் குருவீட்டிற் சென்று

- கருவூரர் பூரண ஞானம் - 70

பிரம்மச்சரியம்

திருமணமாகாதவனை நாம் சாதாரணமாய்ப் பிரம்மச்சாரி என்கிறோம். பிரம்மச்சரியம், கிருகத்தாஸ்பரிமம், வானப்பிரஸ்தம், சந்நியாசம் என்று நான்கு வகைப் படிகளை நியமித்துள்ளனர். இவ்விடத்தில் பிரம்மச்சாரி திருமணமாகாதவன் மாத்திரமல்ல: பிரமத்தில் ஈடுபட்டவனென்று பொருள் கொள்ள வேண்டும்.

ஆனால் உண்மை பிரம்மச்சரியம் அனுசரிப்பவர்கள் கோடியில் ஒருவனாவது இருக்கிறானா, இருக்க முடியுமா வென்பது ஒரு முக்கியமான வினாக்குறி.

சன்னியாசம் பெற்ற விசுவாமித்திர தபசி தேவதாசி யென்னும் மேனகையின்மேல் மோகங்கொண்டு சகுந்தலை யென்னும் பெண் பிறந்தாள்.

வேதங்களை இயற்றிய வேத வியாசன் ஓர் துர்நாற்றமுள்ள மச்சகந்தியின் பேரில் காதல்கொண்டு அவளைப் புணர்ந்ததால் மச்சகந்தி மரிமளகந்தியானாள்.

பிறந்து பெண் உருவத்தையே பார்க்காத ரிசியசிருங்கர் முதல் முதலாக தான் பார்த்த அப்பெண்ணை காதலித்தார்:

இப்படி நாம் பலவகையான சம்பவங்களை புராண இதிகாசங்கள் மூலம் அறிகிறோம்.

இக்காலத்திலும் எல்லாம் துறந்த சாமியார்களென்று சொல்லி தாடி மீசைகளை வளர்த்துக் கொண்டு பணக் காரர்களின் பின் சுற்றிக்கொண்டு பெண்களை ஆலிங்கனம் செய்யும் சாமியார்களை கண் கூடாகக் காண்கிறோம்.

பிறப்பிலிருந்தே ஏகநாதர், சங்கரர், ராமலிங்கர், வள்ளலார் போல் மகான்களாக பிறந்தாலொழிய இயற்கைக்கு உட்பட்டு எந்த மனிதனும் இயங்க நேரிடுமே யொழிய, அதற்க மாறுபட்டு நடக்க முடியாதென்பதை அறியவேண்டும். பிறப்பிலேயே நபும்ஸகமாகயிருப்பவர்களை பற்றி நாம் கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

அன்ன ஆகாரமின்றி காற்றையே புசித்துக் கொண்டு ஒருவன் இருந்தால் அவன் பிரம்மச்சரியத்தை கடைப்பிடிக்க ஓரளவு முடியுமென்று சொல்லலாம்.

வேலை செய்யும் சாமியாருக்கு பட்டைசோறு ஒன்று: சும்மாயிருக்கும் சாமியாருக்கு பட்டை சோறு இரண்டுயென்ற கதைபோல அறுசுவையோடு பழம், பல காரங்களுடன் உண்டி அருந்தும் ஓர் மனிதன் பிரமச்சாரி யென்று சொன்னால் கழுத்தின் மேல் தலையிருப்பவர்கள் ஒப்புக் கொள்ள மாட்டார்கள்...

ஆகவே பிரம்மச்சாரி என்னும் சாமியார்களை நாம் நம்பக்கூடாது. நம் பெண்களை அவர்களிடம் அணுகாது தூரமாக வைப்பது நலம்.

ராஜஸ உணவு அருந்துபவனுக்கு ரஜஸ் என்னும் கோபம், தாபம், காமம் இருப்பது இயற்கை அப்படி ப்பட்டவர்களை நாம் சாமியார்களாக, குருமார்களாக ஏற்றுக் கொள்வது மடமை.

பொருள் தெரியாத மட்டை

கற்றுணர்ந் தென்ன கலைகள் பார்த்தென்ன
உற்றுணர்த் தென்ன உணர்விலா மட்டை

செற்ற சவந்தான் தீக்கிரை யாவான்
முற்றுப் பெறத் கோபமுனை நீக்கி யேறே.

– *திருமூலர்*

ஆகவே மேற்சொன்ன பாடல்களிலிருந்து நாம் அறிவது யாதெனில், உடலை நீட்டி, உயிரை நீட்டும் மாமருந்து கிட்டினாலொழிய மெய்ஞ்ஞானமடைய முடியாது. அம் மருந்தை யுண்டவன் கற்பகோடி காலம் வாழலாம்: எல்லா சித்திகளும் பெறலாமென்பதும் விளங்குகிறது. இதற்கு எட்டிரண்டு அறியவேண்டும். அதை யறிந்த ஆசான் ஒருவர் கிடைத்து உபதேச கிரமத்தில் அவரிடம் அதைப் பெறவேண்டும். ஆசான் கிடைக்க ஆண்டவன் அருள் புரிய வேண்டும். அவ்வருள் கிட்ட ஒழுக்கம் வேண்டும். போலி வேடங்களை நீக்கி உண்மையைப் பற்றவேண்டும்.

இவ்வளவு எழுதினாரே இவ்வாசிரியர் மாத்திரம் சாகாமலிருப்பாராவென்ற வறட்டுக் கேள்வி எழுப்பலாம். சித்தர்களின் பொன்மொழிகளை ஓரளவு விளங்கக்கூடிய அளவில் எழுதவேண்டுமென்ற அவாவினால் இந்நூல் எழுதலாயிற்று. அது ஒரு அணுவேனும் இக்கலையில் ஆர்வமுள்ளவர்களுக்குப் பயனளிக்குமேயானால் இந்நூலி யற்றிய ஆசிரியருக்கு சாகா நிலை வந்துவிட்டதெனக் கருதுவார்.

சிவமென்பது உயிர். சக்தியென்பது உடல். இந்த உயிர் உடலுடன் பிறிவற்றிருக்க நெறிபட்ட சற்குரு வேண்டு மென்கிறார் ஔவை பிராட்டியும்.

"நெறிபட்ட சற்குரு நேர்வழி காட்டில்
பிறிபற்றிருக்கும் சிவம்."

சித்த மருந்து செய் பெரு முறைகள்

ஆசிரியர் :
வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமய்யா, B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை - 600 106

□ □ □

1. மூல இலம்பகம்

கெந்தக லேகியம்

(மூலக்கடுப்பு, உஷ்ண இருமலுக்கு)

1.	சுத்தி செய்த கெந்தகம் பொடி	—	140 கிராம்
2.	சுக்கு பொடி	—	35 ”
3.	ஏலக்காய் பொடி	—	35 ”
4.	அதிமதுரம் பொடி	—	35 ”
5.	இந்துப்பு பொடி	—	35 ”
6.	பனைவெல்லம் (கருப்பட்டி)	—	280 ”
7.	பசும்பால்	—	2 லிட்டர்

செய்பாகம்

பசும்பாலில் கருப்பட்டியைக் கரைத்து வடிகட்டி கண்டக் காய்ச்சி இறக்கி ஆறவைத்து ஷெ பொடியை கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் அதில் போட்டு மத்தால் கடையவும். நன்றாக மயனமானதும் கொஞ்சம் தேன் விட்டு பிசறி வைத்துக் கொள்ளவும்.

கெந்தி சாப்பிட்டால் உந்தி குளிரும். இதில் கெச்சக் காயளவு காலை—மாலை சாப்பிட்டுவிட்டுக் கொஞ்சம் பசும் பால் சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதி : - மூலக்கடுப்பு, உஷ்ண இருமல், நீர்சுருக்கு நீக்கும். பசி உண்டாக்கும்.

ரத்த மூலம், மூல கடுப்புக்கு (ஓமசூர்ணம்)

ஓமம்	—	6	எடை
இந்துப்பு	—	3	,,
கடுக்காய் தோல்	—	15	,,
சுக்கு	—	7	,,
வால் மிளகு	—	5	,,
அரிசி திப்பிலி	—	4	,,

ஓமம், கடுக்காய்தோல், வால் மிளகு, திப்பிலி பொன் வறுவலாய் தனித்தனியே வறுத்துக்கொள்ளவும். சுக்குவின் மேல் தோல் நீக்கி பொடி செய்து கொள்ளவும். இந்துப்பையும் பொடி செய்து லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். எல்லாம் சேர்த்து பொடி செய்து வஸ்திர காயஞ் செய்து புட்டியிலடைக்கவும்.

அளவு - வெருகடி.

அனுபானம் : தயிரில் கலக்கி காலை மாலை ஒரு மண்டலம் சாப்பிட ரத்தமூலம் எடுபட்டுவிடும்.

இது அனுபவித்தது.

ரத்த மூலம், வெள்ளைக்கு

பூரபற்பம்

சுத்தி—ரசகற்பூரம்—25 கி
சீன சுண்ணம் —25 கி
சிலாசத்து —25 கி

எல்லாவற்றையும் பொடுதலைச் சாறில் 3 மணிநேரம் அரைத்து வில்லை தட்டி அலற ரவியில் காயவைத்து

அளவான அகலில் வைத்து மேல் அகல்மூடி 7 சீலைமண் செய்து உலர்த்தி கோழிபுடம் போட பற்பம். எடை போகாது.

அளவு - 1 முதல் 2 அரிசியிடை திரிபலா 1 சிடிகை சேர்த்து நெய் விட்டு குழப்பி காலை - மாலை சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதிகள் : ரத்த மூலம் உடனே நிற்கும். பெண் களுக்கு உதிரப்போக்கு (பெரும்பாடு) வெள்ளை குஷ்டம் முதலியன தீரும்.

பத்தியம் : புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், புலால், பெண் உறவு, மற்ற கரப்பான் பதார்த்தங்கள் ஆகாது.

சீன சுண்ணம் செய்முறை

பொறித்த கோழிமுட்டையோடு 50 கி. முட்டை வெண் கருவால் அரைத்து சிமைகுகையில் ¾ அளவுக்கு நிரப்பி மூடி போட்டு சீலை செய்து உலர்த்தி உலையில் வைத்து ஊதவும். கருப்பாயிருந்தால் மறுமுறையும் அதே விதம் செய்யவும். சுண்ணமாகும்.

இந்த சுண்ணத்திற்கு சம எடை படிகாரம் சேர்த்து முட்டை வெண் கருவிட்டு நைய அரைத்து உலர்த்தி குகையில் முன் சொன்னபடி அடைத்து உலையில் வைத்து பழுக்க ஊதவும். நன்றாக ஆறியபின் எடுக்க சுண்ணம்.

ரசகற்பூர சுத்தி

சீனாகாரத்தை (படிகாரம்) பொடி செய்து 30 கிராம் எடுத்து 25 கிராம் ஒரு மண் குடுவையிலிட்டு ரசகற்பூரம் 25 கிராம் அதன்மேல் வைத்து மேலும் 25 கிராம் படிகார பொடியைப் போட்டு மேலே ஒரு ஓடு மூடி நெருப்பில் வைத்து படிகாரம் நன்றாக பொரிந்தபின் ரசகற்பூரத்தை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

மற்றொரு எளியமுறை

1. பூரம் — 30 கிராம்
2. சூடன் — 30 ,,
3. பசு வெண்ணெய் — 30 ,,

சூடனை வெண்ணெய் விட்டரைத்து பூரத்திற்கு கவசம் செய்து தரையில் வைத்து நெருப்பிடவும். எறிந்து பூரம் கட்டும்.

வெங்காரம் 30 கிராம் நுணுக்கி உருக்கவும். உருகும் போது கட்டி பூரத்தை அதிலிட்டு புரட்டவும். வெங்காரம் பொறிந்து வரும் சமயம் பூரத்தை எடுத்துவிடவும்.

பட்டுப்போல் அரைத்து பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு : - அரிசியிடை நெய்யில், வெண்ணெயில். வாய் பிடுக்காது:

தீரும் வியாதி : - புண், புறைகள், கன்னப்புற்று, யோனிப் புற்று, லிங்கப் புற்று முதலியன.

ரத்தமூலம், ரத்தக் கடுப்புக்கு - சூடலிங்க செந்தூரம்

1. சுத்தி - லிங்கம் — 20 கிராம்
2. டோவர்ஸ் பௌடர் — 10 கிராம்
3. பூ சூடன் — 5 கிராம்

மூன்றையும் சேர்த்து அரைத்து (பட்டு போல்) புட்டியிலடைக்கவும். டோவர்ஸ் பௌடர் என்பது ஆங்கில மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும்.

அளவு : - குன்றி முதல் 3 குன்றி வரையில் தேனில் காலை—மாலை சாப்பிடவும்.

மூல ரத்தம் 4 வேளை மருந்திலேயே நின்றுவிடும். இது அனுபவித்தது. மலச்சிக்கல் அதிகமானால் மருந்தை நிறுத்தவும்.

லிங்க சுத்தி : - லிங்கத்திற்கு கீழும் மேலும் படிகாரத் தூளையிட்டு படிகாரம் பொறியும் வரையில் சூடு செய்து லிங்கத்தை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

குறிப்பு : 1 வாரம் கொடுத்து பின் கீழ்கண்ட சூர்ணத்தை கொடுக்கவும். அல்லது கெந்தக லேகியம் 20 நாட்கள் தரவும்.

பத்தியம் : புலால், பெண் உறவு கூடாது.

மூல கிராணி, மூல ரத்தத்திற்கும் நவமூல சூர்ணம்

1. சுக்கு
2. மிளகு
3. திப்பிலி
4. ஓமம்
5. வெள்ளுள்ளி
6. மஞ்சள்
7. சாதிக்காய்
8. அபின்
9. கிராம்பு

எல்லாம் சமனிடை, சூர்ணம்.

அளவு : - வெறுகடி.

அநு : - தேன் (காலை—மாலை)
(குழந்தைகளுக்குக் குன்றியளவு)

இதுவும் நன்றாய் வேலை செய்கிறது.

பத்தியம் : - புலால் கூடாது.

நவமூலத்திற்கு வெள்வங்க பற்பம்

1. சுத்தி வெள்ளங்கம் — 10 கிராம்
2. சுத்திரசம் — 10 கிராம்
3. சிலாசத்து — 10 கிராம்

சுத்தி : வெள்வங்கத்தை உருக்கி ஆட்டமுரியில் 7 முறை சாய்க்கவும். ஆட்டமுரி கிடைக்காவிடில் பசுங் கோமியத்தில் சுத்தி செய்யலாம். பாதரசத்தில் அரிசி அளவு வீரத்தை பொடி செய்து போட்டு கலக்கிவிட்டால் அழுக்கு மேலே வரும்.

எடுத்து துணியிலிட்டு பிழிந்து எடுக்க ரசம் பளிங்கு போலிருக்கும்.

செய்முறை : வெள்வங்கத்தை உருக்கி, ரசத்தை அதில் கொடுக்க வெண்ணெய் போலாகும். அதில் சிலாசத்து சேர்த்து சுண்ணாம்பு தெளிவு நீரால் 6 மணி நேரம் அரைத்து 50 எருவில் புடமிடவும். மறுபடியும் அதை டி நீரிலரைத்து 50 எருவில் புடமிட வெண்மையாகும்.

அளவு : - குன்றியிடை

அனு : - நெய்யில் (காலை—மாலை)

(மூலம் : - அகத்தியர் பரிபூர்ணம்—400)

குறிப்பு : - இதுவும் அனுபவித்தது.

2. காலரா இலம்பகம்

வீரம் — 25 கிராம்
படிகாரம் — 50 ,,

படிகாரத்தை பொடி செய்து பாதி ஒரு மண் குடுவை யிலிட்டு வீரத்தை அதன்மேல் கட்டியாகவே வைத்து மேலும் மீதி படிகாரத் தூளைப் போட்டு அழுத்தி மூடியில்லாமல் சிறு நெருப்பிலிட்டு படிகாரம் முட்டை போல் பொறியும் வரை இருக்கச் செய்து எடுத்து பொடி செய்து பத்திரப்படுத்தவும். வீரம் ஓடி விடும்.

அளவு : - குன்றியிடை
அனு : - தேன்

ஒரு வேளை மருந்தே போதுமானது. உடல் ஐஸ் மாதிரி சில்லிட்டுப் போனபோதும்கூட இம்மருந்து கொடுத்ததும் உஷ்ணம் வந்துவிடும். நிறைய பச்சை தண்ணீர் கொடுக்கவும். (அனுபவித்தது)

மற்றொரு முறை (காலராவுக்கு)

வெடியுப்பு — 40 கிராம்
அன்னபேதி — 20 ,,
படிகாரம் — 10 ,,
வீரம் — 5 ,,

முதல் மூன்றையும் பொடி செய்து ஒரு மண் சட்டியி லிட்டு அடுப்பேற்றி எறிக்க உருகும். உருகினதும் வீரத்தைப் பொடி செய்து அதிலிடவும். புகை கிளம்பும்.

உடனே கீழே இறக்கி புகையடங்காமுன் கதுவத்தில் சாய்த்துவிடவும். தகடு போலிருக்கும்.

நன்றாயரைத்து புட்டியிலடைக்கவும்.

அளவு : - 2 குன்றி

அனு : - தண்ணீரில், ஒன்று-இரண்டு வேளைகளில் பூரண குணம். (அனுபவித்தது)

3. சுரம் இலம்பகர்

பல வியாதிகளுக்கு

அகஸ்தியர் குழம்பு (யோக ஞான சாஸ்திர திரட்டு)

1. பெருங்காயம்
2. கடுகு
3. இந்துப்பு
4. சூதம்
5. மனோசிலை
6. திப்பிலி
7. தகட்டரிதாரம்
8. கருஞ்சீரகம்

} வகைக்கு 3½ இ.

9. வாளம் (முளை நீக்கி விளக்கெண்ணெயில் வறுத்தது) 14 இ
10. பச்சை கற்பூரம் 14 இ

செய்முறை : - பெருங்காயத்தை பொரிக்கவும். திப்பிலி கருஞ்சீரகம்—வறுத்து தூள் செய்யவும்.

பிறகு மேடி மருந்துகளை ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் அரைக்கவும். 6 மணி நேரம் அரைக்க, மெழுகாகும். கொம்பு டப்பியில் வைத்து 48 நாட்கள் தானிய புடம் வைக்கவும்.

அளவு : - குன்றியிடை, மிளகிடை, உடல் பலமறிந்து கொடுக்கவும்.

அனுபானமும் தீரும் வியாதிகளும்

சுரம் — சுக்கு கியாழம்
இருமல் — கடுக்காய் கியாழம்
குளிர் சுரங்கள் — சுக்கு, மிளகு கியாழம்
ரத்த மூலம் — நெய்யில் அல்லது பாலில்.

சோகை, பாண்டு, பெரு வயிறு—மிளகு தூளில்

சன்னி — முசுமுசுக்கை, நொச்சிச் சார் வெள்வெங்காயம்

பிளவை, துடை வாழை அரையாப்பு, சிலந்தி } — உமிழ்நீரில் கலந்து தடவவும்.

முலைக்குத்து புண் — மேடி

வாத சூலை
குட்டங்கள்
சூசிகாவலி
குன்மம்
முகவாதம்
} —நொச்சிச் சாற்றில்

நீர் சுருக்கு, கல்லடைப்பு—தாளை விழுது கஷாயம்

கிரந்தி, பறங்கி—சங்கங்குப்பிச்சாறு

மண்டையிடி
பலவித வாதங்கள் } திரியிலூட்டி புகை பிடிக்கவும்

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

ஆதக வாய்வு—வெள்ளாட்டுப்பால், நாவற்பட்டை சார்

குறிப்பு : — இம்மருந்தை விட்டு வேறு மருந்தை தேட வேண்டாம்; 4448 வியாதிகள் போகும்—என்கிறார் அகத்தியர்.

சித்தாதி எண்ணெய்

இந்த எண்ணெய் நமக்கு சித்தர்கள் கொடுத்த வரப் பிரசாதம். யோக ஞான சாஸ்திர திரட்டில் அகத்தியர் இம்மருந்தைப் பற்றி விசேடமாய் சொல்லியுள்ளார். பல வியாதிகள் இதனால் நீக்கலாம்.

ஆயினும் திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில் நான் நீதிபதி யாயிருக்கும் சமயம் அம்மாவட்டத்தில் கடையம் என்னும் கிராமத்தில் பெருமாள் ராயர் என்பவர் ஏதோ எண்ணெய் கொடுத்து பல நோய்களை குணப்படுத்துகிறாரெனக் கேள்விப்பட்டு அவரிடம் சென்றேன். அவர் உத்தமர். தான் கொடுப்பது சித்தாதி எண்ணெய் என்றும் அதை ஒரு சாது தனக்குச் சொன்னதாகவும் சொன்னார்.

மேடி அகத்தியர் சொன்ன சித்தாதி எண்ணெயில் கண்ட சரக்குகளைவிட சில அதிகமாக இந்த எண்ணெயில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன. பல ஆண்டுகளாக இந்த ஒரே எண்ணெயை வைத்துக்கொண்டு பலவித நோய்களுக்குக் கொடுத்து நல்ல பலன் அனுபவித்த தாகவும் சொன்னார். அவருக்கு வைத்தியத் தொழில் அல்ல. நில புலம் முதலியன நிறைய உண்டு.

கீழ்க்கண்ட முறையை அவர் நோட்டிலிருந்து எழுதப் பட்டது.

மருந்தை அம்முறைப்படி செய்து பெரியோர் குழந்தைகள் உள்பட நான் கொடுத்து பயனைப் பார்த்து இம்முறையை இங்கு எழுதலானேன்.

வைத்தியத் தொழில் செய்வோர்களுக்கு இது ஒரு வச்சிராயுதம் போன்றது. நல்வினையுள்ளோர்களுக்கு இது கிட்டுமென்று முடித்துக் கொண்டு மருந்தை எழுது கிறேன்.

1. சிற்றாமணக்கெண்ணெய்—2800 கிராம்
   வேலிப்பருத்திச் சார் —2250 ,, ($2\frac{1}{4}$ கிலோ)
   தேங்காய்ப்பால் — ,,
2. கடுக்காய் தோல்—280 கி
   இதை ஒரு படி தண்ணீரிலிட்டு $\frac{1}{4}$ படியாக கஷாயத்தை வற்றவைத்து வடிகட்டிக் கொள் ளவும்.
3. கருஞ்சீரகம், அரிசி திப்பிலி, இந்துப்பு, பொரித்த வெங்காரம் } தனித்தனி சூரணம் வகைக்கு 9 கிராம்
4. உரித்த வெள்ளைப் பூண்டு—280 கிராம்
   சுத்தி—நேர்வாளம் — 35 கிராம்
   சதுரக் கள்ளிப்பால் — 35 கிராம்
5. கஸ்தூரி மஞ்சள், கருகு ரோகிணி, குங்குமப்பூ, கோரோஜன், சுத்தி - ரசகற்பூரம் } வகைக்கு 4 கிராம்

இவற்றில் குங்குமப்பூவை பசும்பால் விட்டரைத்து, பின் கோரோஜனையை கூட்டியரைத்து உலர்த்தி பொடித்துக் கொள்ளவும்.

1, 2 நெம்பரிலுள்ள எண்ணெய், சாறு, கஷாயம் எல்லாம் கலந்து, 3, 4வது கலத்திலுள்ள அரைத்த கல்கத்தையும், கலந்து குப்பியிலேற்றி இரண்டு நாட்கள் இளஞ்சூடு காட்டி 3-வது நாள் காய்ச்சி மெழுகு பதம் வந்ததும் இறக்கி வடிகட்டி அதில் 5வது நெம்பரிலுள்ள பொடிகளைப் போட்டு கலக்கி வைக்கவும். வடித்து புட்டியிலடைக்கவும்.

அளவு : இதில் 2, 3 கிராகனிடை காலைதோறும் தேக பலம் அறிந்து இளநீர், காபி, டீ, கஷாயங்களில் சூர்ணங்களிலும் கொடுக்க தீராத நோய் கிடையாது.

தீரும் வியாதிகள்

பஞ்சபாண்டு	அண்ட வியாதிகள்
மகோதரம்	குடோரம்
பெருவயிறு	கால்வீக்கம்
நீராமை	விப்புருதி
கவுசை	சலக்கோர்வை
கெண்டை	உதிரக்கட்டி
அரையாப்பு	குன்மங்கள்
ஊறல்	கிரந்தி
குஷ்டம் - 18	புண்கள்
சொறி	
கடி	தடிப்புகள்

யானைக்கால் வீக்கம் யானைக்கால் சுரம்
மலடும்—நீங்கும்.

பத்தியம் : புளி-உப்பு, புலால், கடுகு, நல்லெண்ணெய் நீக்கவும், அகத்தியர் பத்தியம் வேண்டாமென்கிறார்—என்பதை நோக்கற்பாலது.

குறிப்பு : கொஞ்சம் பிரயாசையானாலும் இதை செய்து வீட்டில் வைத்துவிடுங்கள். குழந்தைகள் அன்று

மாந்தம், இசிவு முதலானவைகளுக்கு, 4, 5 சொட்டுகள் தாய்ப்பாலில் கொடுத்து குணம் கண்டது அனுபவம்.

வெட்டவாயு செந்தூரம்

இம்மருந்து இருப்பரங்குன்றத்தில் மருத்துவம் செய்து வந்த சுவாமி சுந்தரமஹாலிங்கம் என்பவரால் சொல்லப் பட்டது. அவர் பிரபல வைத்தியராயிருந்தும் ரசவாதத்தில் ஈடுபட்டு எல்லாப் பொருளையும் தொலைத்து இறந்து போனார்.

இம்மருந்தை நான் செய்து பலருக்குக் கொடுத்து குணம் கண்டது—அனுபவம்.

என்ன நோயென்று தெரியாதபோது இதை இரண்டு வேளைகள் கொடுத்தால் நல்ல பலனைத் தரும்.

சிலருக்கு இடுப்பு பிடித்துக் கொண்டு வலிக்கும். ஆங்கில மருத்துவர்கள் இதற்கு புகைப்படங்கள் எடுத்து ஏதோ ஒரு பெயர் இவ்வியாதிக்குக் கொடுத்து 60, 70 ஊசிகள் குத்துவர். ஆனால் பலன் காண மாட்டார்கள்.

இந்நோய் உஷ்ண வாயுவினால் உண்டாவது. கீழ்க் கண்ட மருந்தை கொடுத்ததும் இரண்டொரு முறை பேதியாகி உடனே இடுப்புவலி, சுரமிருந்தால் சுரம் நீங்கும். எல்லா மருத்துவர்களிடமும் இருக்க வேண்டிய மருந்து.

லிங்கம் — 35கி (ஒரே கட்டியாக)

மறுதோன்றியிலையை சிறிய தேங்காய் பருமன் அரைத்து அதனுள் லிங்கத்தை வைத்து சீலை செய்து மேல் குழி தோண்டி 10 விறட்டியில் புடம் போட்டு எடுத்து கவசத்தை விலக்கவும்.

மறுமுறையும் அதேபோல் 2 புடமிடவும்.

ஒரு கரண்டியில் வேப்பெண்ணெய் விட்டு அதில் லிங்கக் கட்டியை வைத்து நெருப்பில் வைத்து எண்ணெய் நெருப்பு பிடிக்கும் வரை வைத்து எண்ணெய் பூராவும் எறிந்த பிறகு லிங்கத்தை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

எடை குறையாது. கல்வத்தில் பட்டுபோல் அரைத்துக் கொள்ளவும். பிறகு சுத்தி செய்த நேர்வாளம்—15 கிராம், சங்கன் இலை—35 கிராம்.

இந்த இரண்டுடன் லிங்க செந்தூரத்தையும் சேர்த்து நைய அரைத்து வில்லையாகச் செய்து கொள்ளவும்.

அடுப்பில் ஒரு ஓடு வைத்து இந்த வில்லையை ஓட்டில் வைத்து பிறட்டிப் பிறட்டி கொடுக்கவும். ஈரம் வற்றும் வரை செய்யவும். வில்லை சிறியதாகும்.

எடுத்து அரைத்து பொடி செய்து புட்டியி லடைக்கவும்.

அளவு : குன்றியளவு பனைவெல்லத்தில் (கருப்பட்டி) சாப்பிட்டு காபி சாப்பிடவும்.

இடுப்புப் பிடிப்பு ஒரு மணி நேரத்தில் குணமாகும். சுரத்திற்கும் கொடுக்கலாம்.

சுரங்களுக்கு வச்சிரகண்டி மாத்திரை (பதஞ்சலி)

லிங்கம்	— 16 கிராம்
பூரம்	— 2 கிராம்
வீரம்	— $\frac{1}{4}$,,
ரசசெந்தூரம்	— 4 ,,

செய்முறை : முதலில் லிங்கத்தை பொடி செய்து கொண்டு, பிறகு பூரம் சேர்த்தரைத்து, அதன் பிறகு வீரம் சேர்த்தரைத்து கடைசியாக ரச செந்தூரம் சேர்த்து அரைக்கவும்.

பிறகு எலுமிச்சம் பழ ரசம் வேண்டிய அளவு விட்டு மூன்று மணி நேரம் அரைக்கவும், அதன் பிறகு இஞ்சியை மேல் தோல் போக்கி இடித்துப் பிழிந்த சார்விட்டு மூன்று மணிநேரம் அரைக்கவும்.

மெழுகு திரண்ட பக்குவத்தில் எடுத்து குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

மாத்திரைகள் செய்யாமல் பொடியாகவே வைத்துக் கொள்ளலாம்.

தீரும் வியாதிகள்

மேகக் குடைச்சல்	— 5 நாட்களில்
விரைவாதம்	— 5 நாட்களில்
சுரம்	— 3 வேளைகளில்
புண் புரை	— 10 நாட்களில்
நடுக்கல்	— 2 நாட்களில்
மூர்ச்சை வாயு	— 2 நாட்களில்
கணுவாதம்	— 10 நாட்களில்

குணமாகும்.

மேற்கண்ட நோய்களுக்கு வேளைக்கு குன்றியளவு சர்க்கரையில் கலந்து காலை—மாலை கொடுக்கவும்.

வெள்ளை அரையாப்பு கண்டமாலை தோஷம் சன்னி-13	நெய்யில் அல்லது திரிகடுகு தேன் சேர்த்து கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : சிறுபயறு, முருங்கை பிஞ்சு, ஆட்டிறைச்சி வற்றல், மிளகு ரசம், துவரை, அரைக்கீரை, காடை, பால் கஞ்சி, கோதுமை கஞ்சி, நவரை கஞ்சி, சர்க்கரை—ஆகும்.

மருந்து முடிந்த பிறகு ஸ்நானம் செய்வதற்கு எண்ணெய்

நல்லெண்ணெய்— ½லிட்டர்

நுணாப்பட்டை துளசிப்பட்டை பூண்டு மிளகு மஞ்சள் கறிவேப்பிலை	வகைக்கு 35 கிராம்

பட்டை முதலியன எல்லாம் மைபோல இடித்து எண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும்.

குறிப்பு : சுரங்களுக்கு 4,5 வேளைகள் வச்சிரகண்டி குன்றியளவு கொடுத்து வந்தேன். குணம் கண்டது. சிதம்பரத்திலிருந்து ஒரு வைத்தியர் வந்திருந்தார். சுரத்துக்கு என்ன மருந்து கொடுக்கிறீர்களென்று கேட்டார். வச்சிரகண்டி என்று சொன்னேன். அன்னபேதி செந்தூரம் அரிசியிடை பசேர்த்துக் கொடுக்க இரண்டு வேளைகளில் குணமாகுமென்று அவர் சொன்னார். அதன்படியே செய்தேன். அவர் அனுபவம் முழுதும் உண்மையென்றறிந்தேன்.

4. வாத இலம்பகம்

பைரவ மெழுகு (கொடிய வாதங்களுக்கு)

1. ரசம் 2. கெந்தகம் 3. வீரம் 4. பூரம் 5. மனோசிலை	சமனெடை

ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் சேர்த்துப் பொடி செய்யவும்.

பிறகு இரும்புக் கரண்டியை வெளுக்க தேய்த்து அதில் அடி பொடியைக் கொட்டி நெருப்பில் வைத்து சுட வைக்கவும். உருகி கட்டிவிடும். எடுத்து கல்வத்திலிட்டு அடி மருந்தினுடைய எடைக்கு 3 பங்கு அளவு சுக்குத்தூள் சேர்த்து தேன்விட்டு ஆறுமணி நேரம் அரைக்கவும்.

மெழுகுபதத்தில் எடுத்து 40 நாட்கள் தானிய புடம் வைக்கவும்.

அளவு : 2 குன்றியளவு பனைவெல்லத்தில் காலை—மாலை 11 வேளைகள் கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், பெண் ஆண் உறவு, கரப்பான் பதார்த்தங்கள் ஆகாது. உப்பை வறுத்து கூட்டவும்.

குறிப்பு : மருந்து சாப்பிடும் நாட்களில் குளிக்கக் கூடாது. வெந்நீர் தான் குடிக்க வேண்டும். பச்சைத் தண்ணீரில் நடமாடக்கூடாது.

7ஆம் நாள் ஓமம் 1 தேக்கரண்டியளவு பசும்பால் விட்டரைத்து தலையில் தேய்த்து ½ மணிக்குப் பிறகு வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

அப்படி 5 தலைக்கு ஒன்றுவிட்டொருநாள் குளிக்கவும்.

ஆண் பெண் உறவு மூன்று மாதங்கள் வரை கூடாது.

தீரும் வியாதிகள் : சுளுவாதங்களுக்கு கைகண்டது.

முடக்கு வாதங்களுக்கு வாலை ரசமெழுகு

1. வீரம் ரசம் பூரம்	வகைக்கு—கிராம் 10

2. ஏலம் சூர்ணம்
   கிராம்பு சூர்ணம் } வகைக்கு கிராம் 10

3. தண்ணீரில் ஊறவைத்து உலர்த்தி இடித்த வரகரிசி மாவு கிராம்—35.

செய்முறை :

ரசத்தை கல்வத்திலிட்டு வாட்டிப் பிழிந்த வெற்றிலை சாறு விட்டரைத்து ரசம் மடிந்ததும் வீரம் சேர்த்தரைத்து, பிறகு பூரம் சேர்த்தரைத்துக் கொள்ளவும்.

கிராம்பில் பூவை நீக்கி லேசாக வறுத்து ஒடியும் பக்குவத்தில் எடுத்து இடித்து சூர்ணம். ஏலமும் வெகு லேசாக வறுத்து இடித்து சூர்ணம்.

இந்த சூர்ணத்தையும் வரகரிசி மாவையும் கல்வத்திட்டு அரைத்து, அதன்பிறகு நெ. 1 மருந்தை சேர்த்து அவித்து வடித்த முத்துக் கொட்டை எண்ணெயை மருந்தில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மெழுகுபதம் வரும் வரையில் விட்டு அரைத்து எடுத்து டப்பியில் அடக்கஞ் செய்யவும்.

அளவு : சுண்டவத்தல் அளவு.

அனுபானம் : பனை வெல்லம்.

கொடுக்க வேண்டிய நாட்கள்

3 நாட்கள் ஆறு வேளைகள் காலை—மாலை கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : உப்பு கூடாது. புழுங்கலரிசி கடுகஞ்சி நெற்பொறி கஞ்சி உப்பில்லாமல் சாப்பிடவும்.

4ஆம் நாளிலிருந்து 6ஆம் நாள் வரை மறுபத்தியம் இருக்கவும்

ஏழாம் நாள் ஓமம் பசும்பாலில் அரைத்து தலையில் தேய்த்து வென்னீரில் குளிக்கவும். பிறகு உப்பை வறுத்து சேர்க்கலாம். ஏழாம் நாளிலிருந்து பதினைந்து நாட்கள் வரை புளி சுட்டு சாப்பிடவும். கரப்பான் பதார்த்தங்கள் 40 நாட்கள் வரை சாப்பிடக் கூடாது.

9, 11, 13 நாட்களில் மிளகை, காய்ச்சிய பசும்பாலில் அரைத்து தலையில் தேய்த்துக் குளிக்கவும்.

தீரும் வியாதிகள் : அரையாப்பு, பவுந்திரம், கண்டமாலை, முடக்குவாதம், சூலை போன்ற கொடிய நோய்கள் அறும்.

பக்க வாதம்

அதிக ரத்தக் கொதிப்பினால் திடீரென மயக்கம் கண்டு கீழே விழுந்து விடுவர். ஒரு பக்கம் கால், கை வராது. வாய் பேச வராமல் நாக்கு உள்ளே இழுத்துக் கொள்ளும். வாய் கோணிக் கொண்டு போய்விடும்.

டாக்டர்கள் இது மூளையைப் பற்றிய நோயென்பர்.

பித்த உபரியானால் உஷ்ணம் அதிகமாகும். அச் சமயம் நாடிகள் துரிதமாய் ஓடும்; படபடப்பு ஏற்படும். இப்படிபட்டவர்கள் கோபம் வராதபடி பார்த்துக் கொள்ளவேண்டும்.

மருந்து

அகஸ்தியர் சண்ட மாருதம்

சுத்தி செய்த பூரம்	— 4	கிராம்
,, ,, லிங்கம்	— 8	,,
,, ,, வீரம்	— 2	,,
,, ,, கெந்தகம்	— 2	,,
,, ,, ரச செந்தூரம்	— 2	,,

அளவுபடி எடுத்து ஒன்றன்பின் ஒன்றாய்ச் சேர்த்து 6 மணி நேரம் கைவிடாமல் அரைக்க வேண்டும். எடுத்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

N. B : இது வாய் பிடிக்காது. ஆனால் 5 நாட்களுக்கு மேல் கொடுக்கக் கூடாது.

அளவு : குன்றியளவு.

அனுபானம் : திரிகடுகு, தேன்.

தீரும் வியாதிகள் :

கண்ட மாலை	ஜன்னி
உள்ளங்கை கைறல்	குஷ்டம்
கருமேகம்	தோஷம்
வண்டுக்கடிகள்	மகோதரம்
யோனிப்புற்று	வாதங்கள் 80
லிங்கப்புற்று	விரைவாதம்
சைத்தியம்	முடக்கு
நடுக்கு	கணுவாதம்
சூலை	

வியாதியறிந்து 3 நாள் முதல் 10 நாட்கள் கொடுக்கலாம்.

கண்ரோக படலம்

சீனாகார பற்பம்

கடல் நுரை 50 கிராம் தூள் செய்து ஒரு மண்குடுவையில் பாதி போட்டு சீனாகாரம் 25 கிராம் அதன்மேல் வைத்து மேலும் கடல்நுரை போட்டு மேல் மூடியிட்டு சீலை மண் செய்து 25 விறட்டியில் புடமிட கட்டும்.

அதை 4 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கரைத்துக்கொள்ளவும். ஒரு சட்டியை அடுப்பிலேற்றி டிெ தண்ணீரை சிறுகச் சிறுக விட்டுக்கொண்டு வந்தால் பற்ப உப்பாகும்.

அளவு : 2-குன்றியிடை நெய்யில் சாப்பிட வெட்டை நீங்கும்.

கண்ணுக்கு : அரிசியிடை முலைப்பாலில் அல்லது நந்தியாவட்டம் ஓரிதழ் பூசாற்றில் கலக்கி கண்ணில்விட-கண்படலம், (Caturct) சதை வளர்ச்சி நீங்கும்.

குறிப்பு : நேத்திர மூலி தைலமும் போடலாம். முறை—''சித்தர் கைகண்ட மருந்து'' என்னும் நூலில் (அடியேன் எழுதியது) பார்க்கவும்.

5. மலச்சிக்கல் இலம்பகம்

ரசவாள மாத்திரை

பல நோய்கள் திரும்

1.	ரசம்	—	4 கி
2.	கெந்தி	—	8 கி
3.	ஓட்டு காந்தம்	—	10 கி
4.	சுக்கு	—	10 கி
5.	மிளகு	—	10 கி
6.	கருஞ்சீரகம் தூள்	—	10 கி
7.	அப்ளாகாரம்	—	10 கி
8.	கடுக்காய்தூள்	—	20 கி
9.	வாளம்	—	25 கி

வாளத்தை சுத்தி செய்யவும்.

செய்முறை : முதலில் ரசமும் கெந்தகமும் சேர்த்துக் கருப்பாகும் வரையில் நைய அரைக்கவும். அதன் பிறகு காந்தம், சுக்கு அப்படி ஒன்றன்பின் ஒன்றாக கடசாதம் போட்டு வெண்ணெய்போல் அரைக்கவும். திரண்டு வந்தபிறகு குன்றியளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

அளவு : 1 மாத்திரை, வெள்ளைப்பூண்டு 10 பல் எடுத்து தட்டி தண்ணீரிலிட்டுக் காய்ச்சி அதில் மாத்திரையை காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும்.

பத்தியம் : ரசம் சாதம் பருப்பு துவையல் - மாத்திரம். காலையில் குளிக்கக் கூடாது—பச்சைத் தண்ணீர் குடிக்கக் கூடாது—பேதியாக, ஆக ரசம் சாதமே சாப்பிடலாம்—பேதி அதிகமானால் மோர் சாதம் சாப்பிட்டால் நின்றுவிடும்.

இந்த மாத்திரையை சாப்பிட்ட நோயாளி மறுநாள் தன் நோய் பெருமளவுக்கு சுகமாகிவிட்டதென்று சொல்வான்.

பாலர்கள், பெரியோர்கள் எல்லாரும் சாப்பிடலாம்.

சிறுவர்களுக்கு பாதி மாத்திரை கொடுக்கவும்.

குறிப்பு : கர்ப்பிணிகள் சாப்பிடக் கூடாது.

சுகபேதி மாத்திரை

இம்மாத்திரை பெரியோர்கள், குழந்தைகள், கர்ப்பிணிகளும் சாப்பிடக் கூடியது. இதில் பல ரோகங்கள் குணமாகும். முக்கியமாக வாத நோயுள்ளவர்களுக்கு முதல் நாள் இந்த பேதி மாத்திரையை கொடுத்துவிட்டு பிறகு தீர்மானித்த மருந்துகளைக் கொடுக்க வெகு சீக்கிரத்தில் குணம் காணலாம்.

I.
1. கடுகு ரோகிணி
2. தான்றி
3. வெங்காரம்
4. கடுக்காய்
5. திப்பிலி
6. சுக்கு

} வகைக்கு 5 கி

II. நேர்வாளம் (சுத்திசெய்தது) } 30 கி

நெ. 1 இலக்கமிட்ட மருந்துகளில் வெங்காரம், சுக்கு தவிர மற்றவைகளை தனித்தனியாக வறுத்து ஒன்று சேர்த்து தூள் செய்துகொள்ளவும். சுக்கு வெங்காரத்தைப் பொரித்துக் கொள்ளவும். மேல் தோல் நீக்கி பொடி செய்யவும்.

முதலில் சூர்ணத்தை எலுமிச்சம்பழச் சார்விட்டு மூன்று மணி நேரம் அரைக்கவும். பிறகு வாளத்தை சேர்த்து அரைத்து குன்றியளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

மாத்திரை சாப்பிட கஷாயம்

சுக்கு	— 1 சிறு துண்டு
வெள்ளைப்பூண்டு	—10 பல்
ஓமம்	—தேக்கரண்டியளவு
கடுகு	—தேக்கரண்டியளவு

டி நான்கையும் அம்மியில் வைத்து நசுக்கி இரண்டு டம்ளர் தண்ணீருற்றி சுடவைத்து ஒரு டம்ளராக்கிக் கொண்டு வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

ஒரு மாத்திரையை காலையில் வெறும் வயிற்றில் டி கஷாயத்தில் சாப்பிடவும்.

பத்தியம் : ரசம் சாதம், பருப்பு துவையல் மாத்திரம். காலையில் குளிக்கக்கூடாது. பச்சைத் தண்ணீர் சாப்பிடக் கூடாது. மாலையில் வென்னீரில் குளிக்கவும்.

குறிப்பு : கர்ப்பிணிகள் 7-ஆம் மாதம் இம்மாத்திரையை சாப்பிடுவது மிகவும் நன்று.

மலவிசர்ஜனி

1. பசும்பாலில் அவித்தெடுத்த சிவதை வேர்	— 2 பங்கு
2. செண்பகப்பூ	— 1 ”

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

3. கடுகு ரோகிணி — 1 ,,
4. ஏலம் — 1 ,,
5. கோஷ்டம் — 1 ,,
6. மராட்டி மொக்கு — 1 ,,
7. பசும்பாலில் அவித்
தெடுத்த சூரத் நிலாவரை — 2 ,,
8. சூரத் கடுக்காய்த் தூள் — 2 ,,
9. சுக்கு — 1 ,,
10. திப்பிலி — 1 ,,
11. சீரகம் — 1 ,,
12. ஓமம் — 1 ,,
13. இந்துப்பு — 1 ,,

வறுக்கவேண்டிய சரக்குகளை வறுத்து சூர்ணம் செய்து கொள்ளவும். அதனிடைக்கு நாட்டு சர்க்கரை சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

இரவு படுக்கும்போது தேக்கரண்டியளவு வெந்நீரில் சாப்பிடவும்.

பழைய மலம் வெளிப்படும். வயிற்றுக் கோளாறுகள் குணமாகும்.

பிரதி தினமும் சாப்பிடலாம். குற்றமே செய்யாது.

குன்மரோகப்படலம்

குன்மம் எட்டுக்கும் அயக்காந்த செந்தூரம்

காந்தம்	—	175	கிராம்
அயம்	—	175	கிராம்

தனித்தனியாய் பொடித்துக் கொண்டு பழச்சாற்றில் ஊறலைக்கவும். மூன்றுநாள் கழிந்த பின்பு காடிவிட்டு கழுவி எடுக்கவும். எடுத்து—

கறுவத்திலிட்டு

நெல்லிக்காய் கெந்தகம்	—	35	கிராம்
வீரம்	—	7	,,
சாதிலிங்கம்	—	10	,,
நவச்சாரம்	—	35	,,

அயக்காந்தத்துடன் ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் பழச்சார் விட்டு அரைத்து வெண்ணெய் போலானதும் வில்லை தட்டி ஓட்டில் வைத்து ரவியில் ஆலற காயவைத்து—100 எருவில் புடம்போடவும். சித்தூரம்.

அளவு :—அரிசி; குன்றி.

அனுபானம் :—திரிகடுகு, எலுமிச்சம் பழரசம்.

தீரும் வியாதி : குன்மங்களெட்டும்.

ரத்தமில்லாதவர்களுக்கு—திரிகடுகு, தேன்.

கிராணி முதலிய—இன்னும் பல வியாதிகளுக்குக் கொடுக்கலாம். அனுபவித்தது.

(மூலம்—வசிஷ்டர் வைத்திய சூத்திரம்.)

6. குழந்தைகள் பகுதி

இந்தத் தலைப்பின்கீழ் அடியேன் எழுதிய "சித்தர் கைகண்ட மருந்து" என்னும் நூலையும் பார்ப்பது அவசியம். அதில் எளியமுறைகள் உள்ளன. மருத்துவம் அறியாதவர்கள்கூட செய்து கொள்ளக்கூடிய முறைகள் அதில் காணலாம்.

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

குழந்தைகளுக்குப் பொதுவாகத் தாக்கும் பிணிகள்: மாந்தம், இசிவு, தோஷம், செவாப்பு, வயிற்றோட்டம், சுரம், இளம்பிள்ளை வாதம் முதலியன.

இவைகளுக்கு கீழ்க்கண்ட முறைகளில் மருந்து செய்து குணம் அனுபவித்தது.

முறைப்படி செய்து அனுபவித்தால் பெரும் பயனை அடையலாம்.

அள்ளுமாந்தம் வலி, செவாப்பு முதலிய நோய்களுக்கு முன் சொன்ன சித்தாதி எண்ணெய், 3, 5, 7 சொட்டுகள் வயதறிந்து, பலமறிந்து தாய்ப்பாலில் அது இல்லாவிடில் பசும்பாலில். அதுவும் கிடைக்காவிடில் புட்டிப்பாலில் விட்டு நாள் ஒன்றுக்கு ஒருவேளை கொடுத்தாலே பல நோய்கள் தீருமென்பதை ஞாபகமூட்டுகிறேன்.

இருப்பினும் நான் அனுபவித்த முறைகள் எல்லாவற்றையும் எழுதினால் பயன்பெறலாம் என்ற நோக்கத்தோடு எளிமையாயும் மருத்துவம் அறியாதவர்கள் கூட செய்து குழந்தைகளுக்கு பயனையளிக்கவல்ல மருந்துகளை இங்கு எழுதலானேன்.

பச்சை பேதி எண்ணெய்

குழந்தை இடைவிடாமல் அழும். குடல் முறுக்கும், பச்சையாய், மஞ்சளாய், வெள்ளையாய் பல நிறங்களில் பேதியாகும். இதை தோஷமென்று சிலர் சொல்வர்.

செய்முறை :

சிற்றாமணக்கெண்ணெய்	— 280 கிராம்
பவழநிறமாயுள்ள புங்கங் கொழுந்து	— 5 நயா பைசா எடை
அவுரிவேர் பட்டை (நசுக்கவும்)	— 5 நயா பைசா எடை

விளக்கெண்ணெயை சுட வைத்து (அப்பளம் பொறிக்கும் சூடு) இறக்கி புங்கங்கொழுந்தையும், வேர் பட்டையும் போட்டு, அவைகள் கருகியதும் வேறு பாத்திரத்தில் மாற்றிக்கொண்டு ஆறிய பிறகு புட்டியில் அடைக்கவும்.

அளவு : ஒரு வயது வரை 5 முதல் 10 சொட்டுகள் பாலில் கொடுக்கவும். 2 முதல் 5 வயது வரை 10 முதல் 20 சொட்டுகள்.

கணை எண்ணெய்

1. இண்டன் இலைச்சார் — ½ லிட்டர்
2. சிற்றாமணக்கெண்ணெய் — ½ லிட்டர்
3. கருஞ்சீரகம்
4. கஸ்தூரி மஞ்சள்
5. வெள்ளைகாக்கட்டான் வேர்

(3, 4, 5 — வகைக்கு கிராம் 5)

3 முதல் 5 சரக்குகளை அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இண்டன் இலையை இடித்து சார்பிழிந்து எண்ணெயில் கலக்கி 3 முதல் 5 சரக்குகளின் கல்கத்தையும் சேர்த்து அடுப்பேற்றி சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும்.

மெழுகுபதம் வந்ததும் இறக்கி ஆறியபின் வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும்.

தீரும் வியாதிகள் : — சளிக்கட்டு, கணை (குழந்தையின் உடல் கனகனவென்றிருக்கும்).

அனுபானம் :—வெத்திலையை அனலில் வாட்டி பிழிந்த சாற்றில்.

அளவு:— 1 மாத குழந்தைக்கு—ஒரு சொட்டு
2 " — இரண்டு சொட்டுகள்
3 " — மூன்று சொட்டுகள்

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

அப்படி 12 சொட்டுகள் வரை 1 வயது குழந்தைக்குக் கொடுக்கலாம்.

பத்தியம் : தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பெண்கள் புலால், பச்சைத் தண்ணீர், கரப்பான் பதார்த்தங்கள் நீக்கவும்.

குழந்தைகள் மாந்தங்களுக்கு நவக்கிரக எண்ணெய்

இம்மருந்தை மருத்துவர்கள்தான் செய்ய வேண்டும். இதைக் கடுமையான சன்னி, இழுப்பு, கைகால் உதறல் இருக்கும் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்கக்கூடியது.

1.	லிங்கம்	வகைக்கு 1 கிராம்	
2.	பூரம்		
3.	தாளகம்		
4.	துருசு		
5.	கெந்தி		
6.	ரசசெந்தூரம்		
7.	வீரம்		
8.	உரித்த பூண்டு	கிராம்	35
9.	வெற்றிலை	"	35

இவைகளையெல்லாம் சேர்த்துரைத்து மெழுகுபதம் வரும் சமயம் அவித்த கோழி முட்டை மஞ்சள் கரு—பனிரண்டு (12) கூட்டி அரைக்கவும்.

வெள்ளைத் துணியில் மூன்று பகுதியாக தடவி ஒவ்வொன்றாய்க் கம்பியில் சுற்றிக்கொள்ளவும். அதோடு ஒரு துண்டு வசம்பையும் சுற்றிக்கொள்ளவும்.

ஒரு கிலோ வேப்பெண்ணெயை ஒரு பாத்திரத்தில் வைத்துக்கொண்டு திரியை முக்கி எரிக்கவும். நெருப்பு பிடித்து எறியும். அதில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் வேப்பெண்ணெயைவிட்டு அனல் அணையாமல் பிடித்து

வந்தால் சொட்டு சொட்டாகத் தைலமிறங்கும். அதை மற்றொரு பாத்திரத்தில் பிடிக்கவும்.

இதற்கு சுடர் தைலமென்று பெயர். இப்படி 3 திரியையும் கொளுத்தி தைலம் பிடித்துக்கொள்ளவும். மருந்து தயார்.

நேரம் : காலை - மாலை.

அளவு : 1 முதல் 10 சொட்டுகள், மாதக் குழந்தைக்கு 1 சொட்டு, 2 மாத குழந்தைக்கு 2 சொட்டுகள் அப்படி 10 சொட்டுகள். பசும் பாலில், தாய்ப் பாலில், வெத்திலை வாட்டிப் பிழிந்த சாற்றில் கொடுக்கவும்.

தீரும் வியாதிகள் : எல்லாவகை மாந்தம், இழுப்பு, கைகால் உதறல், ஜன்னி, இளம்பிள்ளை வாதம் முதலிய எல்லா பிள்ளை நோய்களும் தீரும்.

குறிப்பு : இளம்பிள்ளை வாதத்துக்கு மேற்பூச்சு எண்ணெய் கீழே பார்க்கவும்.

குக்கில் எண்ணெய்

இளம்பிள்ளை வாதத்துக்கு மேற்பூச்சு :

1.	குக்கில்	20 கிராம்
2.	மனோ சிலை	20 கிராம்
3.	நரம்பு நீக்கிய மயிலிறகு	45 கிராம்
4.	வேப்பெண்ணெய்	1 லிட்டர்

செய்முறை : 1, 2 மருந்துகளை பொடி செய்யவும். அதையும், மயிலிறகும் வேப்பெண்ணெயில் போடவும். பாத்திரம் மண் பாத்திரமா யிருக்கவேண்டும். பாத்திர வாய்க்கு மண் அகல்மூடி மண் சீலைசெய்யவும். மேல்மூடி

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

யின் மத்தியில் குடைக்கம்பி போகும் அளவுக்கு ஒரு பொத்தல் செய்து ஒரு கம்பியை சொருகி வைக்கவும்.

பிறகு அடுப்பேற்றி சிறு தீயால் எறிக்கவும். முதலில் கருப்புப் புகைவரும். அதன் பிறகு வெண்மையான புகை வரும். அச்சமயம் கீழிறக்கி ஆறிய பிறகு மண்சிலையை அகற்றி எண்ணெயை புட்டியிலடைக்கவும்.

இதில் வேப்பெண்ணெய் நாற்றம் இருக்காது.

இதை மேற்பூச்சாகவும் பூசலாம்; உள்ளுக்கும் சொட்டுக் கணக்கில் காலை - மாலை கொடுக்கலாம்.

இதுவும் ஒரு நல்ல எண்ணெய். உபயோகித்து பலன் கண்டது.

குழந்தைகள் பால்கட்டிக்கு மாந்த எண்ணெய்

1. சண்பக மொட்டு கிராம் 10
2. ஜாபத்திரி ,, 3
3. கோரோஜன் 1
4. விளக்கெண்ணெய் 18 அவுன்ஸ்

1, 2 சூர்ணம் செய்யவும். அதனுடன் கோரோஜன் சேர்த்து அரைக்கவும்

பிறகு சூரணத்தில் விளக்கெண்ணெயைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் விட்டு அரைக்கவும்.

பிரயோகம் :

உசிலம்பட்டை	கிராம்	35
பூண்டு	,,	15
வசம்பு	1 துண்டு	

இவைகளைத் தூள்செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

இந்த சூர்ணத்தில் ½ தேக்கரண்டியளவு ஒரு டம்ளரில் போட்டு அதில் கொதிக்கும் தண்ணீர் ½ டம்ளர் வரை விட்டு ½ மணி நேரம் மூடிவைக்கவும்.

பிறகு அதை வடித்து, 1 முதல் 2 அவுன்ஸ் டி கஷாயத்தில், மேற்சொன்ன எண்ணெயில் 5 முதல் 20 சொட்டுகள் வயதுக்குத் தக்கவாறு கொடுக்கவும். அதிகமாய் கொடுத்துவிட்டாலும் தீங்கு நேராது.

தீரும் வியாதி : ஆஸ்துமா, சரும நோய்கள், அஷ்ட குன்மம்.

கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கத்துக்கு அண்டத்தைலம்

1. வேப்பெண்ணெய் —1½ கிலோ
2. வெள்ளைப் பூண்டு —1½ கிலோ (சார் எடுக்கவும்)
3. பெருங்காயம் — 35 கிராம்
4. அவித்தெடுத்த முட்டை மஞ்சள் கரு—9

செய்முறை : முதலில் மஞ்சள் கருவை இரும்புக் கடாயி விட்டு அடுப்பேற்றி கிளறிக் கொண்டு வந்தால் கருப்பு நிறமாக மாறி எண்ணெய் கசியும்.

பிறகு 1 முதல் 3 மருந்துகளை நன்றாகக் கலக்கி மஞ்சள் கரு எண்ணெய் கசிந்த பிறகு கடாயில் கொட்டிக் காய்ச்சவும்.

மெழுகு பதம் வரும்போது இறக்கி ஆறியபிறகு பதனம் செய்யவும்.

அளவு : காலை—15 துளிகள் முதல் 40 துளி வரையில்.

மாலையில் - 10 துளி முதல் 30 துளிவரை தாய்ப் பாலில் அல்லது பசும்பாலில் கொடுக்கவும்.

இரண்டொரு முறை பேதியாகும்.

இளம்பிள்ளை வாத எண்ணெய் (உள்ளுக்கு)

1.	நார் எடுத்த மயிலிறகு	20 ௧
2.	சாம்பிராணி	15 ௧
3.	சூடன் தூள்	10 ௧
4.	வேப்பெண்ணெய்	12 அவுன்ஸ்

செய்முறை : இரும்பு சட்டியை அடுப்பேற்றி வேப்பெண்ணெயை விட்டு எண்ணெய் நன்றாக சூடானதும், மயிலிறகுத் துண்டுகளை அதில் போடவும். உருகி விடும்.

உருகின பிறகு சாம்பிராணி தூள் அதில் போடவும். புகை வரும்.

உடனே இறக்கி சூடனை அதில் தூள் செய்து போடவும். கொஞ்சம் ஆறிய பிறகு மத்தால் கடையவும்.

அளவு : ½ அவுன்ஸ் முதல் ஒரு அவுன்ஸ் வரை பசும் பால் தாய்ப்பால் அல்லது வென்னீர் 1 அவுன்சில் விட்டுக் கொடுக்கவும்.

மேற்பூச்சுக்கு : டி எண்ணெயில் சூடன் போடும் போது மனோசிலை 2½ கிராம் போடவும். ஆறினபிறகு மத்தால் கடையவும். இதை மேற்பூச்சு செய்யவும்.

இளம்பிள்ளை வாதத்திற்கு பூநாக செந்தூரம்

சிகப்பு மண்ணிலிருந்து எடுத்த பூநாகத்தை மோரில் போட்டு 6 மணி நேரத்திற்குப் பிறகு பார்க்க மண்ணெல்லாம் கக்கி சுத்தமாயிருக்கும். அதை உலர்த்தி எடுக்கவும்.

டி பூ நாகம்	—	40 ௧
அயம்	—	40 ௧
லிங்கம்	—	10 ௧
கெந்தி	—	10 ௧

முதலில் லிங்கமும் கெந்தியும் சேர்த்தரைத்து பிறகு பூநாகமிட்டு அரைத்து அதன் பின் அயம் சேர்த்து பொற்றலை கரிப்பான் சாறு விட்டரைத்து வில்லை தட்டி அலற காயவைத்து மண் அகலில் வைத்து அகல்மூடி சிலைமண் ஏழு செய்து 100 எருவில் புடமிடவும்.

அதை எடுத்து பூநாகம்	—	40 கிராம்
லிங்கம்	—	10 ௧
கெந்தி	—	10 ௧ ௧

சேர்த்து டி சார் விட்டரைத்து 100 விறட்டியில் புடமிடவும்.

இப்படி 5 புடங்கள் தீர்க்கவும். துல்லியமான செந்தூரம்.

அளவு : கடுகு முதல், குன்றியளவு தேனில் கொடுக்கவும்.

குறிப்பு : இந்த செந்தூரத்தை கொடுத்து ஒரே வாரத்தில் சில குழந்தைகளுக்கு துவண்டு விழுந்த கால் கைகள் வந்து விட்டது. (என் அனுபலம்)

அரிசியிடை திரிகடுகு சேர்த்து தேனில் கொடுக்க பல சுரங்கள் 2 நாட்களில் குணமாகும்.

பெரியோர்களுக்கும் கொடுக்கலாம்.

7. மேகரோகப் படலம்

அகத்தியர் சஞ்சீவி எண்ணெய் (மேகங்களுக்கு)

1.	கடுக்காய்த் தூள்	வகைக்கு 35 கிராம் (1–11)
2.	இஞ்சி (மேல் தோல் (நீக்கவும்)	
3.	சுக்குத் தூள்	
4.	சிரகம்—தூள்	
5.	நிலவேம்பு பட்டை தூள்	
6.	பறங்கி செக்கை தூள்	
7.	மிளகு	
8.	வெந்தயம்	
9.	நெல்லி முள்ளித் தூள்	
10.	கோஷ்டம் தூள்	
11.	அதிமதுரம் தூள்	
12.	சித்தாமணக்கெண்ணெய்	— 1½ கிலோ
13.	பசும்பால்	— ,,
14.	(குமரி) கற்றாழை சாறு	— ,,
15.	செல்வல்லிசாறு	— ,,
16.	வாளம்	— 25 கிராம்

செய்முறை : 1 முதல் 11 வரையுள்ள சரக்குகளையும் வாளத்தையும் கற்றாழை சாறுவிட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பிறகு எண்ணெய், பால், சாறு, அரைத்த கல்கம் எல்லாம் சேர்த்து கலக்கி அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரிக்கவும்.

மெழுகுபதம் வரும்போது இறக்கி ஆறிய பிறகு பதனம் செய்யவும்.

அளவு : ஒரு தேக்கரண்டியளவு காலையில் வெறும் வயிற்றில் பசும்பால் அல்லது புட்டிப் பாலில் விட்டு சாப்பிடவும்.

48 நாட்கள் (ஒரு மண்டலம்) சாப்பிட வேண்டும்.

தீரும் வியாதிகள் :

மேகம்—21
பெரும்பாடு
சூலை
பாதவாதம்

இந்த எண்ணெய்க்கு சஞ்சீவி எண்ணெய் என்ற பெயர் கொடுத்தது பொய்க்காது.

குழந்தைகள், கெர்ப்பிணிகள் எல்லாருக்கும் கொடுக்கலாம்.

ஆறாப்புண்கள்
கால் கை மதமதப்பு
வெண் குட்டம்
கருமேகம்
கடுவான்

சொறி சிறங்கு—முதலிய பல நோய்கள் தீரும் (அனுபவித்தது)

திருநெல்வேலியில் ஒரு சாயபு இந்த ஒரு எண்ணெயை வைத்துக் கொண்டு லட்ச ரூபாய்க்கு மேல் சம்பாதித்துள்ளார்.

(இம்முறை சில்லரைக் கோர்வையிலுள்ளது)

குஷ்ட நிவாரணத் தைலம்

1.	சித்தாமணக்கெண்ணெய்	—	2½ கிலோ
2.	புங்கம்பால்	—	1½ கிலோ
3.	நன்னாரிவேர்	—	2½ கிலோ
4.	வெள்ளருகு	—	2 கைப்பிடி
5.	சிவனார் வேம்பு	—	2 கைப்பிடி
6.	ஆகாயத்தாமரை சார்	—	2 லிட்டர்
7.	வெற்றிலை	—	1 கவுளி (100 இலை)
8.	வெள்ளை கலியாண முருக்கன் இலை ரசம்	—	½ லிட்டர்
9.	லிங்கம்	—	140 கிராம்
10.	சங்கங்குப்பி கல்கம் எலுமிச்சங் காயளவு		

செய்முறை : லிங்கத்திலிருந்து வாலைரசம் எடுக்கவும்.

நன்னாரி வேரும், வெள்ளருகும் சேர்த்து இடித்து 4 படி தண்ணீர் விட்டு கண்டலைத்து 2 லிட்டர் தண்ணீராக இறக்கவும்.

அதனுடன் ஆகாயத்தாமரை சாறும் சேர்த்துவிடவும்.

விளக்கெண்ணெய், புங்கம்பால், கஷாயம் மூன்றையும் சேர்த்து சங்கங்குப்பி கல்கத்தையும் அதில் சேர்க்கவும்.

பிறகு அடுப்பிலேற்றி சிறு தீயாக எரிக்கவும். பொங்காமலும் அடி பிடிக்காமலும் கிளறிக்கொண்டேயிருக்கவும்.

அடிமண்டி மெழுகு பதத்தில் வந்ததும் தண்ணீரில்லாமல் வற்றியபிறகு அதாவது அசல் எண்ணெய் பதம் வந்ததும் இறக்கிவிடவும்.

வாலை ரசத்தை வெத்திலைச் சார்விட்டு முன் கூட்டியே ரசம் மடியும் வரையில் 9 மணி நேரம் மைபோல் சேர்ந்து வரும் வரையில் அரைக்கவும்.

எண்ணெயை அடுப்பிலிருந்து இறக்கியதும் ரச கல்கத்தை போட்டுக் கலக்கி விடவும்.

எண்ணெயை வடித்து பழகிய மண்பாண்டத்தில் அடக்கி மேல் அகல்மூடி சீலை செய்து மூன்று மாதங்கள் தானிய புடத்தில் வைத்தெடுக்கவும்.

சாப்பிடும் அளவு : காலையில் மட்டும் ½ அவுன்ஸ் எண்ணெயைப் பசும்பால் 1 அவுன்ஸில் விட்டு சாப்பிட வேண்டும்.

ஏழு நாட்கள் சாப்பிடவும். 5 நாட்கள் மறுபத்தியம் காக்கவேண்டும்.

பத்தியம் : பெண் ஆண் உறவு மருந்து சாப்பிடும் போதும், சாப்பிட்டு முடித்த மூன்று மாதங்கள் வரை கூடாது.

மணத்தக்காளி, முள்ளங்கி, அத்திப் பிஞ்சு, பொன்னாங்காணி, முருங்கைப் பிஞ்சு, பீர்க்கன் பிஞ்சு, வறுத்த சிறுபயறு உபயோகிக்கலாம்.

நல்லெண்ணெய், புலால் (முட்டை உள்பட) கசப்பு காய்கறிகள், கிழங்குகள், கடுகு, புளி, அகத்திக்கீரை சாப்பிடக்கூடாது. உப்பை வறுத்து கூட்டவும்.

குறிப்பு :- மருந்து சாப்பிடும் 7 நாட்களும் குளிக்கக் கூடாது.

இது குஷ்டமுள்ளவர்கள் அனுசரிக்க வேண்டிய பத்தியம்.

தீரும் வியாதிகள் : குஷ்டம் - 18, புத்திரசந்தான மின்மை, துர்நீர் வியாதிகள், புண், புரைகள், சந்திர வட்டம், சூரிய வட்டம், கடுவன்கள் முதலிய சகல சரும வியாதிகள் குணமாகும்.

நல்வினையுள்ளோர்கள்தான் இதை முடிப்பார்கள். நல்வினை யிருந்தால்தான் நோயாளிக்கும் இம்மருந்து கிட்டும்.

பிரயாசை எடுத்து மருத்துவர்கள் செய்தால் தங்களுடைய தரித்திரம் நீங்குவதோடு, மக்களுடைய உடல் நோய் தரித்திரத்தை நீக்கலாம்.

சாதாரண சருமநோயுள்ளவர்கள் இந்த எண்ணெயை சாப்பிட்டால் சுட்ட புளி, சுட்ட உப்பு சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.

பத்தியம் : சரிவர இருக்க மாட்டார்களெனத் தெரிந்தால் அவ்வித நோயாளிக்கு இம்மருந்தைத் தருவதில் பயனில்லை; சுபம்.

8. புற்று நோய் இலம்பகம்

லிங்கப்புற்று – யோனிப்புற்றுக்கு

கெந்தக மெழுகு

ஒரு முற்றிய தேங்காயின் மூன்று கண்களில் ஒரு கண்ணைக் குடைந்து அதனுள்ளிருக்கும் நீரைப் போக்கவும்.

அதனுள் வெள்ளாட்டமூரிவிட்டு, சுத்தி செய்த கெந்தகம் சிறு துண்டுகளாக ஒரு பலமிட்டு சந்து

வாய்க்கு ஆப்புசொருகி, தேங்காய் முழுசுக்கும் 5 சீலை மண் செய்யவும்.

பிறகு மூன்று அடி ஆழம் பூமியில் மண்ணை வெட்டி எடுத்து அதனுள் தேங்காயை வைத்து மண்மூடி விடவும்.

24 நாட்கள் கழித்து தேங்காயை எடுத்து கெந்தகத்தை பக்குவமாய் எடுத்துக்கொண்டு சுத்தமான சலத்தில் அலம்பி உலர்த்திப் பொடி செய்யவும்.

உலர்ந்த பிறகு 250 கிராம் எடை பனைவெல்லம் (கருப்புக் கட்டி) எடுத்து டி கந்தகத்துடன் சேர்த்து அரைக்கவும். முதலில் கெந்தகத்தை பட்டுபோல் அரைத்துக்கொண்டு பிறகு பனைவெல்லம் சேர்த்தரைக்கவும்.

இம்மருந்தை பீங்கான் டப்பியில் வைக்கவேண்டும்.

அளவு : சுண்டைக்காய் அளவு காலை-மாலை வெறும் வயிற்றில் பசும் பாலில் சாப்பிடவேண்டும். இப்படி மூன்று முதல் ஐந்து நாட்கள் சாப்பிடவும்.

பத்தியம் : பத்தியம் கடுமையானது. பசும் பால் சாதத்துடன் பனைவெல்லம் சேர்த்து சாப்பிடவேண்டும். காபி, டீ சாப்பிடலாம்.

மருந்து சாப்பிடும் நாட்களில் குளிக்கக்கூடாது.

ஆறாம் நாள் ஓமம் தேக்கரண்டியளவு பசும்பாலில் அரைத்து சுடவைத்து தலையில் தேய்த்து வெந்நீரில் ஸ்நானம் செய்யவேண்டும்.

அதன் பிறகு விளக்கெண்ணெய், நல்லெண்ணெய், தேங்காயெண்ணெய் - மூன்றையும் கூட்டி தலையில் தேய்த்து ஒன்றுவிட்டு ஒருநாள் மூன்று ஸ்நானம் செய்யவேண்டும்.

அது வரையில் ஷெ பத்தியம் காக்கவேண்டும். பிறகு பத்தியமில்லை.

தீரும் வியாதி : லிங்கப்புற்று, யோனிப்புற்று, கண்டமாலை, பெண்கள் வியாதிகள், ஆறாத புண், புரைகள், நீரிழிவு முதலியன.

21 மேக வியாதிகளுக்கு ரசகெந்தி மெழுகு

(புலிப்பாணி - 400)

1. ரசம்
2. கெந்தகம்
3. ரசகர்ப்பூரம்
4. தாளகம்
5. ஜெசிகாந்தம்
6. துருசு
7. பால் துத்தம்
8. மிருதார்சிங்கி
9. கொப்பரை தேங்காய்
10. சுக்கு
11. ஓமம்
12. மஞ்சள்
13. நீர்முள்ளி விரை
14. திப்பிலி
15. அரத்தை
16. கோஷ்டம்
17. வாலுளுவை
18. சோம்பு
19. ஏலம்
20. சாதிக்காய்
21. மிளகு
22. சீரகம்
23. கார்போகரிசி
24. மாசக்காய்
25. தேசாவரம்
26. வாய் விளங்கம்
27. வசம்பு
28. கிராம்பு
29. பறங்கிட்டை
30. மூக்குவெட்டிய செங்கொட்டை
31. கடுக்காய் தோல்
32. கருஞ்சீரகம்
33. காட்டு சீரகம்
34. சிறு தேக்கு
35. தாளிசபத்திரி
36. முத்திரிகம் வேர்
37. பேரப்பன் கிழங்கு
38. எட்டிவிதை
39. தேத்தான் விதை
40. எள்ளு
41. கொள்ளு
42. சின்னிவேர்
43. சங்கம்வேர்
44. அமுக்கிரா
45. கொல்லன்கோவை

46. கொடிவேலி (வகைக்கு 2 கிராம்)
47. கோழிமுட்டை 2
48. பனைவெல்லம் 175 கிராம்

9 முதல் 46 சரக்குகளை சூர்ணம் செய்து வஸ்திரகாயம் செய்யவும்.

முதலில் ஒன்று முதல் 8 சரக்குகளை கலுவத்தில் விட்டு பட்டுபோல் அரைத்து கொஞ்சம் இளநீர் விட்டு அரைத்து மெழுகுபோல் செய்து கொள்ளவும்.

பிறகு ஷெ பாஷாண சரக்குடன் இரண்டு கோழி முட்டைகளை (வெள்ளை மஞ்சள் இரண்டும்) உடைத்து ஊற்றி நன்றாயரைக்கவும்.

பிறகு பனைவெல்லம் நூற்றெழுபத்தைந்து கிராம் கலுவத்திலிட்டு நன்றாயரைக்கவும்.

அதன் பிறகு சூர்ணத்தை கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் சேர்த்து அரைக்கவும். ஒரு மணி நேரம் அரைத்தால் மெழுகுபோல் வரும்.

அதை எடுத்து இரும்பு உரலிலிட்டு இரும்பு உலக்கையால் ஆறு மணிநேரம் இடிக்கவும். இடிக்கும்போது, மெழுகு உரலில் ஒட்டிக்கொண்டு வெளியே வந்து விழும் பக்குவத்துடன் இடிக்கவேண்டும்.

பிறகு ஒரு பீங்கான் தட்டில் மெழுகைப் போட்டு சுண்டைக்காயளவு மாத்திரைகள் உருட்டி புட்டியிலடைக்கவும்.

சாப்பிடும் முறை : சுட சாதத்தில் மோர் சேர்த்து சாப்பிட்டு விட்டு ஒரு மாத்திரையை மோரில் சாப்பிடவும்.

பத்தியம் இடையாதென சாஸ்திரத்தில் சொல்லப்பட்டிருப்பினும் பத்தியத்துடன் சாப்பிட்டால்தான் நன்றாக வேலை செய்கிறது.

அது என் அனுபவம்.

பத்தியம் : கோழி, மீன், கருவாடு, எறா; கிழங்குகள்: வாழைக்காய், பாகற்காய், அகத்திக்கீரை, புளி, நல்லெண்ணெய் சாப்பிடக்கூடாது. புளிக்குப் பதில் எலுமிச்சம் பழம் சாப்பிடலாம்.

இம்மாத்திரைகள் ஒரு மண்டலம் (48 நாட்கள்) சாப்பிடுவதால் கடுமையான சரும வியாதிகள், சூலைகள், புற்றுநோய்கள் குணம் கண்டது என் அனுபவம்.

முலைப்புற்றுக்குப் பல பெண்களுக்குக் கொடுத்து பலன் கண்டது.

65 வயதுள்ள ஒரு பெண்ணுக்கு முலைப்புற்று வந்து ஆங்கில மருத்துவத்தால் அவதியுற்று, பிறகு இந்த மாத்திரைகளை கிட்டத்தட்ட இரண்டு வருடங்கள் சில நாட்கள் இடைவெளிவிட்டு சாப்பிட்டுக்கொண்டு பாதையில்லாமல் கடைசியில் சுகமரணம் அடைந்தாள்.

இம்மருந்து சாப்பிடுமுன் "கொபால்ட் தெராபி" என்னும் மின் வைத்தியம் கொடுத்ததால் முலையெல்லாம் சுட்டபுண் மாதிரியாகி வலிதாங்க முடியாமல் அவ்வம்மை அவதியுற்றார். டாக்டர்களும் மூன்று மாதங்கள் ஆயுளை நிர்ணயித்து அனுப்பினர். ஆனால் இம்மருந்தை உட்கொண்டு இரண்டு வருடங்கள் சுகமாய் இருந்தார்.

ஆகவே முறைப்படி இம்மருந்தைத் தயார்செய்து நோயாளிகளுக்குக் கொடுத்து எல்லாரும் பயன் பெறலாம்.

பலவிதமான புற்றுநோய்களுக்குக் கொடுத்து குணம் கண்டது.

இதோடு-ஆறுமுக செந்தூரம், பலழம், சிலாபற்பம் கலந்து காலை மாலை தேனில் கொடுப்பது நலம்.

சுவாசகாசத்திற்கு (ஆஸ்துமா)

கெந்திசுடர் தைலம்

1.	ரசம்	கிராம்	20
2.	கெந்தி	,,	100
3.	சாரம்	,,	35
4.	பூரம்	,,	9
5.	வெடியுப்பு	,,	35
6.	வீரம்	,,	1
7.	அரிதாரம்	,,	2
8.	லிங்கம்	,,	10
9.	கொப்பரை தேங்காய்	,,	20
10.	பசுநெய்	½	லிட்டர்

செய்முறை : 1 முதல் 9 சரக்குகளை ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் சேர்த்து அரைக்கவும்.

ஒருமுழச் சீலையில் அடி மெழுகைத் தடவி சுருட்டவும். இரண்டு முனைகளையும் நூலால் கட்டவும். அந்த சுருட்டியசீலை அளவுக்கு, ஒரு குடைக் கம்பி அல்லது ஏதாவது ஓர் இரும்புக் கம்பியை சொருகி கைபிடிப்பதற்கு வேண்டிய அளவு கம்பியை வைத்துக்கொண்டு விளக்கொளியில் கொளுத்த நெருப்பு பிடித்து எறியும்.

பிறகு நெய்யை எறியும் திரியில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் ஊற்றிக்கொண்டு இருக்க தைலமிறங்கும்.

அதை ஒரு பீங்கான் தட்டில் பிடிக்கவும். தட்டின்கீழ் சாணி வைக்கவும். இல்லாவிடில் தட்டு வெடிக்க நேரிடும்.

திரி முழுமையும் எறிந்த பிறகு தைலத்தை எடுத்து மெல்லிய துணியில் வடிகட்டிப் பத்திரப்படுத்தவும்.

பிரயோகம் : முதலில் எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்வித்து மறுநாள் லேசாக மலங்கழியும் அளவுக்கு மருந்தை உட்கொள்ளவும்.

அளவு : 5 முதல் 7 சொட்டுகள் சர்க்கரையில் (அஸ்கா) கலந்து காலை-மாலை கொடுக்கவும்.

பழைய சாதம் தயிர் சேர்த்து சாப்பிட்ட பிறகு இம் மருந்தைத் தருவது நலம்.

இப்படி ஒரு வாரம் கொடுக்கவும். பிறகு எட்டாம் நாள் லகுவான பேதிக்குத் தரவும்.

பிறகு ஒரு வாரம் இடைவெளி விடவும்.

மறுமுறையும் மருந்தை ஒரு வாரம் அல்லது 10 நாட்கள் கொடுக்கவும்.

இப்படி ஒரு மண்டலமும் கொடுக்கலாம்.

தீரும் வியாதிகள் : குஷ்டம், பாரிசவாதம், காசம், கைகால் பிடிப்பு, குன்மம், கொடியமேகம், வலிகுன்மம், ஜன்னி, சகல ரணங்கள், திமிர்வாதம், வாய்வு.

குறிப்பு : 60 வயதுடைய ஒரு பெரியவருக்கு உடல் முழுதும் மேக வெடிப்புகளுக்காக கொடுக்கப்பட்டது. அவருக்கு சுவாசகாசம் (ஆஸ்துமா) வியாதியாலும் அவதியுற்றுக்கொண்டிருந்தாரெனப் பின்னால் தெரியவந்தது.

மேடி மேகரணங்கள் குணமானதுமல்லாமல், ஆஸ்துமாவும் பூரண குணமாகி விட்டதென அப்பெரியவர் சொன்னார். இது அனுபவம்.

பத்தியம் : பத்தியம் கிடையாது. ஆனால் உடல் உறவு மருந்து சாப்பிடும்போதும் அதன் பிறகு மூன்று மாதங்கள் வரை கூடாது. தவறினால் உடல் கெட்டுவிடும்.

மலடுக்கு

(குமட்டிக்காய் தைலம்)

குமட்டிக்காய் சார்	2 லிட்டர்
வில்வ இலைச் சார்	1 லிட்டர்
துளசிச் சார்	1 லிட்டர்
விளக்கெண்ணெய்	2 லிட்டர்

எல்லாம் ஒன்று சேர்த்து சிறு நெருப்பில் மெழுகு பதம் வரும் வரையில் காய்ச்சவும்.

இறக்கிய உடனே வேறு பாத்திரத்தில் கொட்டி, சிங்கி பற்பம் 5 கிராம், நாக பற்பம் 3 கிராம், தாளக பற்பம் 3 கிராம் இவைகளை அந்த எண்ணெயிலிட்டு கலக்கி வைக்கவும்.

அளவு : 5 முதல் 10 சொட்டுகள் பசும்பாலில் அல்லது வென்னீரில் கொடுக்கவும். நிறைய பேதியாகும். முதலில் கொஞ்சமாய் கொடுத்து பிறகு துளிகளை அதிகப்படுத்தலாம். ஒருநாள் முதல் மூன்று நாட்கள் தரவும்.

தீரும் வியாதிகள் : வயிற்றிலுள்ள கிருமிகள் கூண்டோடு வெளியேறிவிடும். பெண்கள் குதகவலி தீரும். கபம் எடுபடும்.

மகப்பேறு இல்லாதவர்களுக்கு : பிறவிடையான நாலாநாள் ஒரேநாள் கொடுக்கவும். மறு மாதமே கர்ப்பமுண்டாகும். ஒருவேளை தவறினால் மறுமாதமும் கொடுக்கவும்.

குழந்தைகளுக்கு

சிறு குழந்தைகளுக்கு கிருமிகளினால் மாந்தம் ஏற்படும்.

இதற்கு 2 முதல் 5 சொட்டுகள் வரை வயதுக்குத் தக்க வாறு கொடுக்கவும்.

வாரத்துக்கொருநாள் தரவும். அப்படித் தொடர்ந்து 3 வாரங்கள் தரலாம்.

சுகப்பிரசவத்திற்கு லிங்க செந்தூரம்

லிங்கம்	கிராம்	35
வெடியுப்பு	,,	70
பொரிகாரம்	,,	140

செய்முறை : லிங்கத்துக்கு கீழும் மேலும் சீனாகாரம் ஒரு பலம் பொடி செய்து போட்டு சீனம் பொரிந்த பிறகு லிங்கத்தை எடுத்துக்கொள்ளலாம்.

பொரிகாரத்தை பொரித்து எடுக்கவும். வெடியுப்பை தண்ணீரில் கரைத்து காய்ச்சி கட்டியாகா முன்னமேயே ஒரு துணியை 12 மடக்குகள் செய்து அதில் விட்டு வடித்து ரவியில் வைத்து உலர்ந்த பிறகு எடுத்துக்கொள்ளவும்.

பிறகு ஒன்றன் பின் ஒன்றாய் சேர்த்து கலுவத்தில் பட்டுபோல் அரைத்து எடுத்து பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு : 2 மிளகளவு தண்ணீரில் காலை-மாலை சாப்பிடவும். 5 மாத கர்ப்ப முதல் பிரசவம் ஆகும் வரையில் சாப்பிடவும். நன்றாக நீர் பிரியும். கால்கள் வீக்கம், நரம்பு சுற்றிக்கொள்ளல் முதலியன வராது. பிரசவம் சுகமாக இருக்கும். பசி தீபனமுண்டாகும். தாயையும் சேயையும் திடகாத்திரமாக வைக்கும்.

மற்றும் தீரும் வியாதிகள் : அண்டவாயு, நீரடைப்பு, மலக்கட்டு, வாயுகுத்தல், கால் கை வீக்கம், வலி உளைச்சல் தீரும்.

வெள்ளைக்கு

(பூரபற்பம்)

1.	பூரம்	கிராம்	30
2.	பூஞ்சுடன்	,,	30
3.	பசுவெண்ணெய்	,,	30

2, 3 சரக்குகளை அரைத்து பூரத்துக்கு கவசமிட்டு நெருப்பிடவும்.

எறிந்து அணைந்த பிறகு பார்க்க பூரம் கட்டியிருக்கும்.

வெங்காரம் 30 கிராம் எடுத்து பொடிசெய்து மண் அகலில் வைத்து சுடவைத்து உருகும்போது மேற்படி பூரத்தை அதிலிட்டு பிறட்டிப் பிறட்டிக் கொடுக்கவும்.

ஈரம் இழுத்தபின் எடுத்து பட்டுபோல் அரைத்து வைக்கவும்.

அளவு : அரிசியிடை பனை வெல்லத்தில் கொடுக்கவும். 3 நாட்கள் கொடுக்கலாம். வாய் பிடிக்காது.

தீரும் வியாதி : வெள்ளை-வெட்டை, பெரும்பாடு, விரை வீக்கம் முதலியன.

பத்தியம் : பால் சாதம் மாத்திரம் சர்க்கரையுடன் சாப்பிடவேண்டும். காபி, டீ சாப்பிடலாம்.

9. கர்ப்பிணிகளுக்கும் குழந்தைகட்கும் சுக சஞ்சீவி எண்ணெய்

இந்த எண்ணெயைக் கொண்டு குழந்தைகள் பிணிகள் முழுமையும், பெண்களுக்கு கர்ப்பகோசத்திலுண்டாகும் பிணிகள் எல்லாம் குணப்படுத்தலாம்.

ஆபரேஷன் இல்லாமல் குழந்தைகளை வெளியேற்றலாம். அமெரிக்கா சென்று குழந்தைகள் பிணிகளை ஆராய்ந்து நிபுணர் என்று பெயர் சூட்டிக்கொள்பவர் இந்த எண்ணெயை வைத்திருக்கும் வைத்தியரிடத்தில் பிச்சை வாங்க வேண்டுமென்பதை நிச்சயமாய் அறியவும்.

ஆனால் மருந்து செய்வது கொஞ்சம் சிரமம். இலைச் சாறுகளை சேகரிப்பதில் மாத்திரந்தான் சிரமம். ஒரு முறை கஷ்டப்பட்டு செய்து எண்ணெயைக் கையில் வைத்துக் கொண்டால் வெகு விரைவில் அவனுக்கு ராஜ வைத்தியனென்றும் புகழ் பரவும். பெண்களுக்கும் குழந்தைகளுக்கும் வைத்தியம் செய்யும் நிபுணர் என்ற பெயர் வாங்கலாம்

இம் மருந்தின் குணங்களை எள்ளளவும் மிகையாகக் கூறவில்லை. கீழே கண்டுள்ள பிணிகளுக்குச் சொல்லி குணப்படுத்தலாம்.

மருந்து செய்முறை

திருவாத்தியிலை 7 கிலோ இலைகளை 20 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு 4 கிலோவாக சுண்டவைக்கவும். அதேயளவு ஆமணக்கெண்ணெய் சேர்க்கவும். பின் கீழ்க்

கண்ட சாறு வகைகளை முன்கலந்த இரண்டு சரக்குகளுடன் சேர்த்து அடுப்பேற்றி எறிக்கவும். கொஞ்சம் சுண்டிய பிறகு அடுப்பை அணைத்துவிடவும்.

சாறுகள் கிடைக்கக் கிடைக்க மேற்படி எண்ணெயில் விட்டு லேசாக காய்ச்சிக்கொண்டு இருக்கவும். இப்படி 3, 4 நாட்கள் வரை சாறுகள் விட்டு, விட்டு காய்ச்சலாம்.

1. தேங்காய்ப் பால்
2. கொன்றைச் சாறு
3. வில்வஇலைச் சாறு
4. துளிச்சாறு
5. கரிபான்சாறு (கரிசாலை)
6. பிரமிச்சாறு
7. தும்பைச்சாறு
8. பெருந்தும்பைச்சாறு
9. முருங்கையிலைச்சாறு
10. முள்முருங்கையிலைச் சாறு
11. பொடுதலைச் சாறு
12. குப்பைமேனிச்சாறு
13. விடத்தலைச் சாறு
14. வேலிப்பருத்திச்சாறு
15. முசுமுசுக்கைச்சாறு
16. முள்கீரைச் சாறு
17. சதாவேரிச்சாறு
18. சிதாசெங்கழுநீர்
19. தாமரைத்தண்டு சார்
20. குளிர்தாமரைச் சார்
21. மிளகுதக்காளிச்சார்
22. வெள்ளருகுச் சார்
23. வெள்ளைப்பூண்டுச்சார்
24. சருள்ளிச் சாறு
25. முடக்கொத்தான் சார்
26. ஆடாதோடைச் சார்
27. கண்டங்கத்திரி சார்
28. தூதுளைச் சார்
29. சோற்றுக் கற்றாழைச் சார்
30. கர்ப்பூரவல்லிச் சாறு
31. வேப்பிலைச்சாறு
32. ஆனைநெருஞ்சிச் சாறு
33. செம்பொன்நெருஞ்சிச் சார்
34. கொடுப்பைச் சார் (பொன்னாங்கண்ணி)
35. வெற்றிலைச் சார்
36. வாதமடக்கிச் சார்
37. நீர்முள்ளிச் சார்
38. தொட்டாவாடிச்சார்
39. குறுந்தொட்டியிலைச் சார்-வகைக்கு ¼ லிட்டர்

கல்க மருந்துகள்

1.	சுக்கு		12.	கடல்நுரை	10
2.	மிளகு		13.	கருடப்பச்சை	10
3.	திப்பிலி		14.	கற்பூரசிலாசத்து	10
4.	நெல்லிமுள்ளி		15.	பெருங்காயம்	15
5.	தான்றிக்காய்		16.	கருஞ்சீரகம்	15
6.	கடுகுரோகணி		17.	சிவதை	15
7.	கடுக்காய்		18.	இந்துப்பு	10
8.	அக்கரா		19.	சீனி	85
9.	அதிமதுரம் கிராம்	35	20.	வய்விளங்கம்	35
10.	நன்னாரி	35			
11.	குக்கில்	10		வகைக்கு 15 கிராம்	

1 முதல் 20 சரக்குகளை சூர்ணம் செய்து பசும் பால் விட்டரைத்து மேற்படி சாறுகளும் எண்ணெயும் கலந்த சாதனத்தில் கலக்கிக் காய்ச்சவும்.

மெழுகு பதம் வரும் சமயம் ¼ லிட்டர் மல்லிப்பூ இலைச்சாற்றை சேர்க்கவும்.

அதன் பிறகு 30 கோழி முட்டைகளை உடைத்து எண்ணெயில் ஊற்றி கலக்கவும்.

மெழுகு [பதம் வந்ததும் இறக்கியவுடன் கஸ்தூரி, பச்சை கற்பூரம், கோரோஜல் வகைக்கு 5 கிராம் பொடி செய்துபோட்டுக் கலக்கவும்.

ஆறிய பிறகு சன்னமான துணியில் வடிகட்டவும்.

தீரும் பிணிகள் :

இன்று பிறந்த குழந்தை முதல்] பெரியோர்கள் வரை சாப்பிடக்கூடிய சித்த மருந்து.

கர்ப்பிணிகளுக்கு இது ஒரு வரப்பிரசாதம்

குழந்தைகளுக்கு : வரக்கூடிய சகல வியாதிகளையும் வராமல் தடுக்கும். சிலசொட்டுகள் சிசுக்களுக்கு வாரத்துக்கிருதான் கொடுக்கலாம். குழந்தைகள் உடலைத் தேற்றும்.

குழந்தைகளின்

1.	சில்லாட்டு நோய்	7.	விக்கல்
2.	மலச்சிக்கல்	8.	வாந்தி
3.	மாந்தம்	9.	கணைச்சூடு
4.	மாந்த வலிப்பு	10.	எலும்புருக்கி
5.	சாப்பான்		மற்றும் பலவியாதிகள்
6.	குத்திருமல்		குணமாகும்.

இதன் பிரயோகம்

தாய்ப்பால் குடிக்கும் குழந்தைகளுக்குப் பால் கொடுப்பதற்கு ஒருமணி நேரத்துக்குமுன் அல்லது பால் கொடுத்த ஒரு மணி நேரத்துக்குப் பிறகு எண்ணெயை கீழ்க்கண்ட அளவுப்படி கொடுத்து கொஞ்சம் வென்னீர் கொடுக்கவும்.

அளவு : 1 மாதத்திலிருந்து 3 மாதம் வரை 10 சொட்டுகள்.
3 மாதத்திலிருந்து 6 மாதம் வரை 30 சொட்டுகள்.
1 வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகளுக்கு 1 தேக்கரண்டி.

அனுபானம் : மாந்தம், மாந்த இசிவுக்கு, இஞ்சிச் சாற்றில் விட்டுக் கொடுக்கவும்.

கர்ப்பிணிகளுக்கு :

கர்ப்பிணிகளுக்கு மிகவும் விசேஷமான மருந்து.

கர்ப்பம் தரித்த முதல் வாரத்துக்கு 5 நாட்களுக்குக் குறையாமல் இரவு ஒரு வேளை தேக்கரண்டியளவு கொடுத்து வந்தால் கர்ப்பத்துக்கு யாதொரு கெடுதியும் உண்டாகமால் கருவைப் பலப்படுத்தி தாயின் உடலைப் பலப்படுத்தும்.

பிரசவத்தில் யாதொரு கஷ்டமுமில்லாமல் சுகப் பிரசவமாகும்

பிரசவ வலி ஆரம்பித்து அதிக நேரமாகியும் குழந்தை வெளியாகாமல் சங்கடப்பட்டால் இந்த எண்ணெயை இரண்டு தேக்கரண்டியளவு கொடுத்தால் வெகு சீக்கிரத்தில் பிரசவமாகும்.

குழந்தை கர்ப்பத்தில் இறந்து வெளிப்படாமலிருந்தாலும் வெளியாகிவிடும்.

இதற்கு இஞ்சிச் சாற்றில் 2 தேக்கரண்டியளவு கொடுக்கவும்.

சில பெண்களுக்கு ஒவ்வொரு பிரசவ சமயமும் மிகுந்த கஷ்டமும் சங்கடமுமுண்டாகும்.

அவ்வித பெண்களுக்கு கர்ப்பம் தரித்தது முதல் இரவு படுக்கும்போது பத்து சொட்டுகள் கொடுத்துவந்தால் ஒருவித கஷ்டமின்றி சுகப்பிரசவம் ஆகும்.

கர்ப்பச் சிதைவு (Abortion)

சில பெண்களுக்கு கர்ப்பம் தரித்த 3, 4 மாதங்களில் கர்ப்பம் சிதைந்து வெளியாகிவிடும். அவ்வித சிதைவுக்கு இது ஒரு சஞ்சீவி.

கர்ப்பம் உண்டான முதல் பிரதி தினமும் ஒரு வேளை 10 முதல் 20 சொட்டுகள் கொடுத்துவந்தால் கரு பூரண வளர்ச்சியடைந்து கஷ்டமின்றி சுகப்பிரசவமாகும்.

நீரும் மற்ற பிணிகள் (பெரியோர்களுக்கு)

மலச்சிக்கல், வயிற்றுவலி, உடம்பு அசதி, புண், புரைகள், பலஹீனம், எல்லாவித வலிகள், உடம்பு வலி, வைசூரி, முடக்குவாதம், காலரா, வயிற்றுக் கடுப்பு, வயிற்றழைச்சல்.

சாதாரணமாக எல்லா வியாதிகளுக்கும் பெரியவர்கள், கர்ப்பிணிகள் இரவு சாப்பாட்டிற்கு 1 மணிக்குப் பிறகு (படுக்கும் சமயம்) 10 சொட்டுகள் காச்சிய பசும் பாலில் விட்டுச் சாப்பிடவும். பாலில் சீனி போட்டுக் கொள்ளலாம்.

மலச்சிக்கல் அதிகமிருந்தால் எண்ணெயின் அளவைக் கூட்டிக்கொள்ளவும்.

கடி விஷங்களுக்கு

பாம்பு விஷம், நாய்க்கடி விஷம், எலிக்கடி விஷம் இவைகளுக்கு கைகண்ட குணம் கொடுக்கும்.

அளவு : 2 தேக்கரண்டியளவு - பசும்பாலில்; நாள் 1க்கு 1 வேளை

பத்தியம் : அன்று உப்பு கூடாது.

அனுபானம் : வெற்றிலைச்சாறில்.

தேள் விஷம் : வாழைத்தண்டு சாற்றில்.

அனுபான சாமான் கிடைக்காவிடில் வெறும் எண்ணெய் மாத்திரம் கொடுத்தால் போதுமானது.

10. கிராணி இலம்பகம்

அகவனி தேவர் பூர்வகெந்தக ரசாயனம்

இம்மருந்து முக்கியமாய் பலவிதக் கழிச்சல், கிராணிகளுக்கு குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. ஆனாலும் என் அனுபவத்தில் கனுவாதம், சருமநோய்கள் குணமானது கிராணிகளுக்கும் கொடுத்து அனுபவித்தது.

மருந்து செய்யும் முறை:

நெல்லிக்காய் கெந்தகம் 200 கிராம் எடுத்துகொஞ்சம் நெய் வாணலில் விட்டு உருக்கி பசும் பாலில் ஏழு முறை சாய்த்தெடுக்கவும். ஒருமுறை ஊற்றியபாலில் மறுமுறை ஊற்றக்கூடாது.

எடுத்து அதேவிதமாய் வேப்ப இலைச்சாறறில் 7 முறை சாய்க்கவும்.

பிறகு மிளகு தக்காளி இலைச்சாற்றில் மூன்று முறையும், கரிசாலை சாற்றில் மூன்று முறையும், வெள்ளைக் கரும்பு சாற்றில் மூன்று முறையும், தேங்காய்ப் பாலில் மூன்று முறையும், இஞ்சிச் சாற்றில் 3 முறையும் ஷை கெந்தகத்தை உருக்கிச் சாய்க்கவும்.

இந்த கெந்தகத்தை பொடிசெய்து வைத்துக்கொண்டு அப்படியே 2 கிராம் அளவு காலை—மாலை நெய்யில் அல்லது தண்ணீரில் 40 நாட்கள், கரப்பான் பதார்த்தங்கள், புலால் நீக்கி பத்தியத்துடன் சாப்பிட உடல் நமைச்சல், கரப்பான், உஷ்ணத்தினாலும், வண்டு

கடியினாலும் உண்டாகும் கொப்புளங்கள் முதலியன தீரும். இது கைகண்டது.

பால்சாதம் மாத்திரம் சாப்பிட்டு ஷை கெந்தகத்தை சாப்பிட மேனி தங்கம் போலாகுமென்றும் சிறு நீரில் செம்பை உருக்கி சாய்க்க களிம்புபோகுமென்று ஒரு கிரந்த நூலில் சொல்லியுள்ளது.

மற்றும் கீழ்க்கண்ட சரக்குகளுடன் சேர்த்து உட்கொண்டால் பலவிதமான கிராணிகள், வாதங்கள் குணமாகும்.

இம்முறை பிற முறைகளிலுள்ள சரக்குகள் சில பேதப்படும். அதை லேகியமாய் கிளறி வைத்துக்கொள்வோரும் உண்டு.

ஆயினும் இம்முறையின்படி சூர்ணமாயிருப்பினும் நன்றாக வேலை செய்கிறது.

செய்முறை : ஷை சுத்திகெந்தகம்—150 கிராம்

1. கடுக்காய்
2. நெல்லிக்காய்ப் பருப்பு
3. தானிக்காய்
4. தோல் நீக்கிய சுக்கு
5. மிளகு
6. திப்பிலி
7. லவங்கப்பட்டை
8. லவங்கபத்திரி
9. ஏலம்
10. சிறுநாகப்பூ
11. சனப்பம் விதை
12. மூக்கு வெட்டி பாலில் அவித்த சேங்கொட்டை
13. சித்திர மூலம்

} வகைக்கு 35கிராம்

1, 2, 3, 5, 6, 10, 11 சரக்குகளை வறுத்து மற்ற சரக்குகளுடன் கூட்டி சூர்ணம் செய்து வஸ்திரகாயம் செய்து கொள்ளவும்.

பிறகு கெந்தகத்தை தனியாக பட்டுப்போல் கலுவத்தில் அரைத்து செடி சூரணத்துடன் கலக்கவும்.

பிறகு அதை ஒரு மண் குடுவையிலிட்டு அகல் மூடி ஐந்து சீலை மண் செய்து உலர்த்தி-நெற்புடத்தில் 40 நாட்கள் வைத்து எடுக்கவும்.

அளவு : 1 கிராம் முதல் 2 கிராம்

அனுபானம் : வெண்ணெய், நெய், வாழைப்பழம், சர்க்கரை. நான் நெய்யில் கொடுத்து பலன் கண்டது. சாஸ்திரத்தில் தேனும் ஒரு அனுபானமும் சொல்லியுள்ளது. நெய்யில் கொடுக்கும்போதே உடல் உஷ்ணம் என நோயாளிகள் சொல்வதுண்டு. உடலில் நீர் பிடித்துள்ளவர்களுக்குத் தேனிலும் கொடுக்கலாம். சர்க்கரை கலந்து சாப்பிடுவதும் நலம் தரும்.

25 நாட்கள் முதல் 40 நாட்கள் வரை கொடுக்கலாம்.

பத்தியம் ஜாக்கிரதையாகப் பாதுகாத்தால் சாஸ்திரத்தில் சொன்னபடி பலனை அனுபவிக்கலாம்.

பத்தியம் :—புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், காப்பான் பதார்த்தங்கள், கிழங்குகள், புலால், ஆண் பெண் உறவு கூடாது.

மருந்து முடிந்த பிறகு புளி, கடுகு சேர்த்துக்கொள்ளலாம். ஆனால் உடல் உறவு, கரப்பான் பதார்த்தங்கள், நல்லெண்ணெய் நீக்கி மருந்து சாப்பிடும் நாட்கள் அளவுக்கு மறுபத்தியம் இருக்கவேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்

குஷ்டம்-18
துர்மாங்கிஷம் வளர்தல்
மூரடைப்பன்
சலக்கழிச்சல்
இந்திரிய நஷ்டம்
வண்டுகடி
கடி விஷங்கள்
சலக்கிராணி
மூலக்கிராணி
சங்கிரகக்கிராணி
க்ஷயக்கிராணி
அக்னிமந்தம்
அதிசாரகுன்மம்-8
பெருவயிறு
மகோதரம்
ஆறாத புண்
கிரந்திப் புண்
விப்புருதி—தீரும்

விருத்தனுக்கு வாலிபத்தன்மை உண்டாக்கும்.

11. வாத இலம்பகர்

80 வாதங்களுக்குத் தாம்பூர செந்தூரம்

செம்புகெந்தி சூதலிங்கம் சீதபூதம் அளவுகள்
தேசபாஷை ராசிகோள் கிறந்தவாரம் வேதமே
உம்பர்விந்து ஆறுமோர் காகமுள்ளடக்கியே

ஓடுபோடு மூடு ஏழு சிலை செய்துலர்த்திடே
செம்பரமாயெறிப்ப தீப கமலமே காடாக்னி
தவறிடாது ராப்பகல் அறுபதும் கடந்திடே.

கடந்தபின் குளிந்திடு கமலம்பாள் செந்தூரமே
கல்லி விட்டரைத் தோர் மாத கெல்லி விட்டெடுத்திடே
தொடர்ந்து நோயறிந்து கொள் மருந்திலோர் பணவிடை
துஷ்டவாதம் எட்டுபத்தும் தட்டுகெட்டு ஓடுமே.

இது பரிசையில் சொல்லப்பட்டுள்ள பாடல் தேசம்-56; பாசை-18; ராசி-12; கோள்-9; வாரம்-6; வேதம்-4; உவர் வித்து-பூ நீர்.

செம்பு	—56 (தேசம்)
கெந்தி	—18 (பாசை)
சூதம்	—12 (ராசி)
லிங்கம்	— 9 (கோள்)
வெ.பாஷாணம்	— 7 (வாரம்)
தாளகம்	— 4 (வேதம்)
பூ நீர்	— 6 (உம்பர்வித்து)
மொத்தம்	112

செய்முறை :—ரசமும் கந்தகமும் சேர்த்தரைத்து பிறகு செம்புத்தூள் போட்டு அரைக்கவும்.

பிறகு லிங்கம், பிறகு வெள்ளை பாஷாணம், அதன் பின் தாளகம், அதன்பின் பூநீர்—சேர்த்தரைத்து ஒரு குப்பியில் சரக்கை அடைத்து மேல்மூடியிட்டு சீலைசெய்து ஒரு சட்டியில் பொடி மணலிட்டு அதனுள் டெி குப்பியை வைத்து மேலும் ம ண லைக் கொட்டி ஒரு பகல் இரவு எறிக்கவும்.

முதலில் தீபாக்னி (ஒரு விறகு) பிறகு கமலாக்னி (2 விறகு) அதன் பிறகு காடாக்னி (5 விறகு)—ஒவ்வொன்றும் 8 மணி நேரம் எறிக்கவேண்டும்.

பிறகு சாங்கசீதளமாய் ஆறியபின் குப்பியை எடுத்துப் பார்க்க செந்தூரமாயிருக்கும்.

அதை ஒரு சிறு மண் குடுவையிலிட்டு ஓடு மூடி சீலை மண் ஐந்துசெய்து சீலை உலரும் அளவு உலர்த்தி—பிறகு நெற்புடத்தில் ஒருமாதம் வரையில் வைத்து எடுக்கவும். மருந்து தயார்.

இந்த செந்தூரம் வாதம் எண்பதும் போவதுமல்லாமல் க்ஷயம், காசம், சரும நோய்கள் குணமாகும்.

அளவு—மிளகளவு; காலை—மாலை.

அனுபானம்—உஷ்ண தேகிகளுக்கு திரிபலா சேர்த்து நெய்யில், சர்க்கரையில் பனைவெல்லத்தில் கொடுக்கவும்.

சீதள தேகிகளுக்கு திரிகடுகு சேர்த்து தேனில் கொடுக்கவும். 10 நாட்கள் வரை கொடுக்கலாம்.

பத்தியம் : எந்தவிதமான புளிப்பு வகைகளும், கசப்பு பதார்த்தங்களும், புலால், கிழங்குகள் சாப்பிடக்கூடாது.

ஆண் பெண் உறவு அறவே மருந்து உண்ணும் போதும் மறு பத்தியத்திலும் கூடாது.

தீரும் வியாதிகள் :—வாதங்கள், க்ஷயம், சுவாசகாசம், சருமநோய்கள், நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு நோய்கள் தீரும்.

சர்வ வாதத்துக்கும் அஷ்டபால தைலம்

1.	திரிகுகள்ளிப்பால்	—	¼ லிட்டர்
2.	வெங்காயச்சார்	—	2 ,,
3	தேங்காய்ப் பால்	—	2 ,,
4.	புளி கரைத்து வடிகட்டியது	—	2 ,,
5.	விளக்கெண்ணெய்	—	2 ,,

செய்முறை : ஒரு முற்றிய தேங்காயில் ஒரு கண் பொத்தல் செய்து அதில் செடி திருகுகள்ளிப்பாலை விட்டு ஆப்புவைத்து 3 சீலை மண் செய்து பூமியில் 3 அடி பள்ளம் தோண்டிப் புதைத்து வைத்து 20 நாட்கள் கழித்து எடுக்கவும்.

பிறகு எல்லா சரக்குகளையும் கலக்கிக் காய்ச்சவும்.

6. லிங்கம் — 10 கிராம்
7. சுத்திசெய்த அரிதாரம் — 2 கிராம்
8. ரசகர்ப்பூரம் — 2 கிராம்

இந்த 6 முதல் 8 சரக்குகளை பட்டுப்போல் கலுவத்தில் அரைத்து வைத்துக்கொண்டு செடி எண்ணெய் மெழுகு பதமாய் திரண்டு வரும்போது கொஞ்சம் எண்ணெய் எடுத்து செடி பொடியில் சிறுகச் சிறுக விட்டு கல்வத்திலரைத்து எடுத்து எண்ணெயை இறக்கிய பிறகு செடி கல்கத்தை எண்ணெயிலிட்டு கலக்கிக்கொள்ளவும்.

எண்ணெய் ஆறியபின் வடித்துக்கொள்ளவும்.

அளவு : 1 முதல் 3 சொட்டுகள் பசும்பால் அல்லது காலையில் வெறும் வயிற்றில் கொடுக்கவும்.

ஒன்றிரண்டு முறை பேதியாகும். அதிகமானால் சொட்டுகளை குறைத்துக்கொள்ளவும்.

3 நாட்கள் கொடுத்து நிறுத்திக்கொள்ளவும். 3 நாட்கள் மறுபத்தியம் இருக்கவேண்டும்.

பிறகு மறுபடியும் 3 நாட்கள் அதேபோல் கொடுத்து மறு பத்தியம் இருக்கவேண்டும்.

இந்த 6 நாட்கள் மருந்திலேயே வாத நோய்கள் அகலும்.

மற்றும் 6 நாட்களுக்குப் பிறகு 10 நாட்கள் இடைவெளி விட்டுக் கொடுக்கலாம். ஒருவிதக் குற்றமும் செய்யாது.

பத்தியம் :—புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், கரப்பான் பதார்த்தங்கள், புலால், ஆண் பெண் உறவு கூடாது.

மகோதரம், ஜலோதரத்துக்கு நவ உப்பு மெழுகு

1. சோற்றுப்பு
2. இந்துப்பு
3. வளையலுப்பு
4. வெடியுப்பு
5. மூங்கிலுப்பு
6. கல்லுப்பு
7. பாறையுப்பு
8. பூ நீர்
9. சோடா உப்பு

} வகைக்கு—10 கிராம்

குமட்டிக்காய் சாறு—2 லிட்டர்
பசும்பால் — ,,

சாறும் பாலும் இரண்டும் கலக்கவும்.

உப்புகளையெல்லாம் பொடிசெய்து கொண்டு சாறும் பாலும் கலந்ததில் போட்டு துத்திவேரால் கலக்கி வடிகட்டிக்கொள்ளவும்.

பிறகு அடுப்பேற்றி காய்ச்சவும். கண்டியபின்,

1. சு. வீரம் — 85 கிராம்
2. சு. ரசகற்பூரம் — 35 ,,
3. சு. வானம் — 10 ,,
4. சுக்கு சூர்ணம்
5. மிளகு
6. இப்பிலி

} வகைக்கு—3 கிராம்

பின் 1 முதல் 6 சரக்குகளை நன்றாக அரைத்து தெ காய்ச்சி இறக்கிய சரக்குடன் சேர்த்து திரிபலை கஷாயம் விட்டு மூன்று மணிநேரம் அரைத்து, பிறகு தாய்ப்பால் அது கிடைக்காவிடில் முற்றிய தேங்காயின் பாலில் 3 மணி நேரம் அரைத்து மெழுகு திரண்டதும் எடுத்து பழகிய மண் குடுவையிலிட்டு மேல் அகல்மூடி சீலை மண் செய்து 20 நாட்கள் நெற்புடம் வைத்தெடுத்து பத்திரப் படுத்தவும்.

அளவு :—முழு கடலை பிரமாணம் பனைவெல்லத்தில், பசும் பாலில், வாழைப்பழத்தில் சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதிகள் :—பிறவிடை வயிற்று வலி, வாதங்கள், மகோதரம் (பெருவயிறு), சலோதரம், சூதகவாயு, குன்மம், அண்டவாதம் முதலிய பிணிகள் நீங்கும்.

பத்தியம் :—உப்பு சாப்பிடக்கூடாது.

குறிப்பு : பேதி அதிகமானால் அளவை குறைத்துக் கொள்ளவும். 3 நாட்கள் முதல் 7 நாட்கள் வரை கொடுக்கலாம்.

சொட்டு பேதி எண்ணெய்

சோடா உப்பு	— 50 கிராம்
முற்றின தேங்காய்	— 8 ,,
பசும் பாலில் அவித்தெடுத்த சிவதை வேர்	—35 கி.
சுத்திசெய்த வாளம்	—35 கி.

செய்முறை : சிவதைவேர் சூர்ணம், வாளம், சோடா உப்பு இவைகளைக் கல்வத்தில் சேர்த்தரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இது கல்கம்.

தேங்காய்களை திருகி பூவையும் தெ கல்கத்தையும் சேர்த்து இரும்புக் கடாயிலிட்டு அடுப்பேற்றி துழாவிக் கொண்டே எறிக்கவும்.

எண்ணெய் நன்றாகப் பிரிந்துவரும் சமயம் கீழிறக்கி விடவும். ஆறியபிறகு வடித்து புட்டியிலடைக்கவும்.

அளவு :—பெரியோர்களுக்கு 10 சொட்டுகள், காபி, நீராகாரம், சர்க்கரையில் கொடுக்கலாம்.

சிறியவர்களுக்கு 3 முதல் 5 சொட்டுகள் பாலில் கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : ரசம் சாதம், பருப்பு துவையல் மாத்திரம் சாப்பிட வேண்டும்.

காலையில் குளிக்கக்கூடாது. மாலையில் பேதி நின்ற பிறகு வெந்நீரில் குளிக்கவேண்டும் குளித்துவிட்டு பனை வெல்லத்தில் கொஞ்சம் சுக்கு தட்டிப் போட்டுக் கொதிக்கவைத்து வட்டிகட்டிச் சாப்பிடவும்.

அன்று முழுவதும் பச்சை தண்ணீர் சாப்பிடக்கூடாது.

சர்வமேகங்களுக்கும் மேக ராஜ தைலம்

சிற்றாமணக்கெண்ணெய்	—2 லிட்டர்
குவலைப்பட்டைச்சாறு	வகைக்கு 1 லிட்டர்
பூவரசன் பட்டைச்சாறு	
சங்கங்குப்பி இலைச்சாறு	
வில்வ இலைச்சாறு	
உழலத்திப் பட்டைச்சாறு	
கழுதைலத்திச்சாறு	

எல்லாவற்றையும் (சாறுகளும் எண்ணெயும்) கலந்து அடுப்பேற்றி பக்குவமாய் எறிக்கவும். மெழுகு பதம் வரும் போது.

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

ரசகந்பூரம் —5 கிராம்
நெல்லிக்காய் கெந்தகம் —5 கிராம்

பொடி செய்து எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சவும்,

ஒரு துளி எண்ணெயை நெருப்பிலிட்டு நீர்ப்பசையில்லாத நிலைதெரிந்து இறக்கி வடித்து புட்டியிலடைக்கவும்.

அளவு :—1 அவுன்ஸ் எண்ணெயை 1 அவுன்ஸ் பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு உட்கொள்ளவும். இப்படி மூன்று நாட்கள் தொடர்ந்து பேதி சாப்பிடவும். அதிகமானால் ½ அவுன்ஸ் சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதிகள் : ஸ்திரீ ரோகங்கள், கருங்குஷ்டம்; வெண்குஷ்டம், சர்வமேகங்களும் திரும்.

பத்தியம் : எண்ணெய் சாப்பிடும் மூன்று நாட்களும், புளி, உப்பு, ஆண் பெண் உறவு கூடாது.

4ஆம் நாள் உப்பை வறுத்து கூட்டவும். புளி கூடாது. இப்படி 3 நாட்கள்

7ஆம் நாள், நல்லெண்ணெய், தேங்காயெண்ணெய், விளக்கெண்ணெய் சம அளவு கூட்டி தலையில் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

எண்ணெய் தேய்த்துக்கொண்ட அன்று புளியை சுட்டு கூட்டவும். கத்திரிப்பிஞ்சு அல்லது முருங்கைப்பிஞ்சு குழம்பு சாப்பிடவும்.

அதன் பிறகு 5 சொட்டுகள் பாலில் அல்லது வெந்நீரில் 20 நாட்கள் சாப்பிடலாம்.

நெய், பால், மோர் நிறைய கூட்டவும். வாயு பதார்த்தங்களை நீக்கவும்.

தலையிலுள்ள சிரங்குகளுக்குத் தடவினால் கிருமிகள் செத்து சிரங்கு விரைவில் குணமாகும்.

தேள் கொட்டிய இடத்தில் தைலத்தைத் தடவினால் விஷமிறங்கும்.

இது மிகவும் கைகண்டது.

1. நொச்சி
2. சிறுதும்பை
3. பெருதும்பை
4. துளசி
5. குப்பைமேனி
6. கள்ளி
7. அவுரி
8. தைவேளை
9. அவரை இலை
10. வேலிப்பருத்தி
11. கண்டங்கத்திரி
12. மணத்தக்காளி
13. நுணா
14. முருங்கைபூ
15. தாதுளை

(1–15) எல்லாம் சம எடை இடித்து சார் லிட்டர்-1

1. எருமை நெய் படி—ஒன்று (1)

III
திரிகடுகு
காயம்
பூண்டு
அரத்தை
மஞ்சள்

(மேற்கண்டவை) வகைக்கு—15 கிராம் சூர்ணம்

இந்த சூர்ணத்தை வேலிப்பருத்திச் சாற்றில் அரைத்து நெய்யுடன் கலந்து சாரையும் சேர்த்து அடுப்பேற்றி

காய்ச்சி மெழுகு பதம் வரும்போது இறக்கி ஆறவைத்து நெய்யை வடித்துக்கொள்ளவும்.

அளவு : வேளை ஒன்றுக்கு தேக்கரண்டியளவு காலையில் மாத்திரம் 3 நாட் களுக்குக் கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : உப்பு கூடாது.

தீரும் வியாதிகள் : பாலர்கணை—18ம், சுரம், மாந்தம், வலி, வலுவான உள்ரோகம், உள்மாந்தை, விலாச்சுளியன், சிவப்பு, கரப்பான் வகை—18, வரட்சி, அண்டி தள்ளுதல், மூலம், அரோசிகம், வலுத்தகட்டி, விப்புருதி, கடிவாளப் புண்கள்—யாவும் தீரும்.

குறிப்பு : தாய்ப் பால் கொடுக்கும் தாய்மார்கள், புலால், கரப்பான் பதார்த்தங்கள் சாப்பிடக்கூடாது. அவர்களும் இந்த எண்ணெயில் ஒரு வேளைக்கு ½ அவுன்ஸ் சாப்பிடவேண்டும்.

மலச்சிக்கலுக்கு ராஜபேதி மருந்து

1. முளைநீக்கிய வாளம்—70 கிராம்
2. நெத்து தேங்காய்—8.
3. வெடியுப்பு
4. இந்துப்பு
5. உவருப்பு
6. வளையலுப்பு
7. மூங்கிலுப்பு
8. கருப்புப்பு
9. சோடா உப்பு

(3–9) வகைக்கு—20 கிராம்

வாளம், உப்பு வகைகளை அரைத்து தேங்காய்ப் பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி மெழுகு பதம் வரும்போதே இறக்கி இலேசாக சூடு இருக்கும்போதே வடித்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

ஆறிவிட்டால் எண்ணெய் பிசறிக்கொள்ளும்.

சிறுவர்களுக்கு :

அளவு : 1 சொட்டு முதல் 3 சொட்டுகள்.

பெரியோர்களுக்கு :

5 முதல் 10 சொட்டுகள்.

அனுபானம் : இஞ்சியை மேல் தோல் நீக்கி அரைத்து தண்ணீரில் கலக்கி சுடவைத்து இறக்கி மேற் தண்ணீரை மாத்திரம் எடுத்து எண்ணெயில் சொட்டுகள் விட்டுக் கொடுக்கவும். நன்றாக பேதியாகும்.

தொடர்ந்து இரவு படுக்கும் நேரத்தில் 2, 3 சொட்டுகள் 20 நாட்கள் வரை சாப்பிடலாம்.

பத்தியம் : காலையில் குளிக்கக்கூடாது. பேதி நின்ற பிறகு மாலை வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

அன்றெல்லாம் ரசம் சாதம் பருப்புத் துகையல் தவிர வேறெதுவும் சாப்பிடக்கூடாது. பேதி நின்ற பிறகு இரவு சைவ உணவு காய்கறிகளுடன் லேசாகச் சாப்பிடலாம்.

தீரும் வியாதிகள் : மலபந்தசுரம், பித்தசுரம், வாதசுரம், தலைக்கனம், தலைச்சுற்றல், வாயில் நீறூறல், குமட்டல், பித்த கண் அடைப்பு, சோகை, பித்த பாண்டு, பித்த வெளுப்பு, பசியின்மை, வாயு கை கால் நீர் வீக்கங்கள், சிறங்கு, ஊறல், கை கால் வாத உளைச்சல், பொடிக் கிருமிகள், பெருங்கிருமிகள்—நீங்கும்.

குறிப்பு : இதைக் கையாளுகிறவன் ராஜவைத்தியனெனப் பெயர் பெறுவான்.

பக்க வாதத்துக்கு ரசபூபதி செந்தூரம்

1.	சுத்தி வெள்ளீயம்	5 கிராம்
2.	சுத்தி—ரசம்	10 "
3.	" கெந்தி	20 "
4.	" காந்தம்	40 "
5.	" அயம்	80 "

வெள்ளிய சுத்தி : உருக்கி, எருமை சாணியில் 7-முறை சாய்க்கவும்.

செய்முறை : வெள்ளியத்தை நன்றாக உருக்கி கரண்டியைக் கீழிறக்கி ரசத்தை பக்குவமாக விடவும். இரண்டும் கலந்துகொண்டு வெண்ணெய் போலாகும்.

எடுத்து கெந்தி சேர்த்தரைத்து பிறகு காந்தம் அயம் சேர்த்து குமரிவேர் இடித்துப்பிழிந்த சாற்றால் வெண்ணெய் போலரைத்துக் கொள்ளவும்.

சுத்தமான வெங்கல தாம்பளத்தில் ஷெ மருந்தை தோசைபோல் பரப்பி வெய்யிலில் வைக்கவும்.

புகை வந்து லேசான செந்தூரமாகும். எடுத்து மறுபடியும் மேற்படி சார்விட்டரைத்து பாத்திரத்தில் வைத்து வெய்யிலில் வைக்கவும். நன்றாக உலர்ந்த பிறகு மூன்றாவது முறையும் அவ்விதமே செய்யவும். செந்தூரம் தயார்.

அளவு: 3 குன்றியளவிலிருந்து 5 குன்றிவரை திரிகடுகு தேனில் கொடுக்கவும்.

தீரும் வியாதி : 60 வயதுள்ள ஒருவருக்கு பக்கவாதம் இருந்தது. 40 நாட்கள் மேற்படி மருந்தைக் கொடுத்து, பூரண குணம் கண்டது அனுபவம்.

கணுவாதம், ரத்தமின்மை, பாண்டு, நீர்கட்டு, பசியின்மை—முதலியன தீரும்.

மகர்க் கண்ட மெழுகு

(புற்றுநோய்க்கு)

1.	சுத்திசெய்த ரசம்	10	கிராம்
2.	,, கெந்தி	10	,,
3.	,, அரிதாரம்	10	,,
4.	,, புனுகு	10	,,
5.	பச்சை கற்பூரம்	10	,,
6.	சுக்குத் தூள்	100	,,

இதில் ஐந்து சரக்குகளையும் ஒன்றன் பின் ஒன்றாய் சேர்த்து அரைக்கவும். பிறகு சுக்குத்தூள் சேர்த்து தேன் விட்டரைத்து மெழுகுபதத்தில் எடுக்கவும்.

அளவு : குன்றி.

தீரும் வியாதிகள் : சர்வமும்.

திருநெல்வேலியில் நெல்லையப்பர் கோவிலில் 126 வயதுடைய அமாவாசை சாமியார் என்று ஒருவர் இருந்தார். அவர் ஷெ மருந்தை செய்து வைத்துக் கொண்டு பலபேர்களுக்கு கொடுத்துக் கொண்டிருந்தார். பத்தியமே சொல்லமாட்டார்.

ஆனால் பலர் குணம் கண்டு இம்மருந்தைப் போற்றி வந்தனர்.

அவரால் எனக்குச் சொல்லப்பட்டது இம் முறை.

இதில் புனுகு சுத்தமானதாய் வாங்கி சேர்க்கவும்.

இம் மருந்தை அவர் குழந்தைகள், கர்ப்பிணிகள் முதலானோர்க்கும் கொடுத்து வந்தார்.

ரத்தகாசம், சுவாச காசம், நாட்பட்ட சுரங்கள், சர்வ வாதங்கள் குணமடைந்தது நான் பார்த்தது.

எதற்கும் புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய் நீக்கும்படி சொல்லி மருந்தை நாம் கொடுப்பதும் நலம்.

சர்வ வாதங்களுக்கும் மேற் பூச்சுக்கும் ஐந்தெண்ணெய்

நல்லெண்ணெய் தேங்காய் எண்ணெய் விளக்கெண்ணெய் வேப்பெண்ணெய் நெய்	வகைக்கு ½ லிட்டர்

எல்லாவற்றையும் ஒன்று சேர்த்து இரும்புக் கடாயி லிட்டு அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சவும்.

அப்பளம் சுடும் பக்குவத்தில் எண்ணெய் சுட்டதும் எருக்கலம் இலை ஐந்து எடுத்து ஒவ்வொன்றாக எண்ணெயிலிட்டு அப்பளம் பொரிப்பது போல் பொரித்து எடுத்து எறிந்து விடவும்.

நெய் எண்ணெயை வாத விக்கங்களுக்குத் தேய்க்கவும்.

ஒத்தடம் : 1. புளியிலை
2. ஊமத்தன்
3. எருக்கிலை
4. சதுருப்பைத்தூள்
5. தேங்காய்த் திருவல்.

1 முதல் 4 சரக்குகளை இடித்துக்கொள்ளவும். தேங்காய்த் திருவலை பொன்னிறமாகும் வரையில் வதக்கிக் கொள்ளவும். இதை பொட்டலமாகக் கட்டி நெய் எண்ணெயில் தோய்த்து ஒத்தடம் கொடுக்கவும்.

மகோதரம் சலோதரத்துக்கு நாராயண செந்தூரம்

இந்த செந்தூரத்தைக் கடலூரில் சீனுவாசாச்சாரி என்பவர் வைத்துக்கொண்டு ஆங்கில வைத்தியர்கள் கைவிடப்பட்ட சில நோய்களைக் குணப்படுத்தி வந்தார். இம்முறை அவரிடம் பெற்றது.

குறிப்பாக ஆங்கில மருத்துவத்தில் நெடி நோய்களுக்கு சிரோசிஸ் ஆப் தி லிவர் (Syrosis of the Liver) என்று சொல்வர். இவ்வியாதிக்கு அவர்கள் முறையில் மருந்து கிடையாது. சிரிஞ்சு போட்டு நீரை எடுப்பர். நீர் எடுத்த 2 நாட்களுக்கெல்லாம் வயிறு சுரந்து கொள்ளும். 4, 5 முறைகள் அவ்விதம் செய்வார்கள்.

பிறகு வீட்டுக்குப் போய் கைலாயத்தில் இடம் பிடியுங்களென்று சொல்லியனுப்பிவிடுவர்.

இந்தப் பிணிக்கு நாராயண செந்தூரம் மிகவும் பயனைத் தரக்கூடியது.

1.	ரசம்	—60 கி.
2.	வெள்வங்கம்	—60 கி.
3.	ரசசெந்தூரம்—30	—30 கி.
4.	க. சிலாசத்து	—30 கி.

ரசத்துக்கு தொட்டால்சிணுங்கியிலைச் சாறு 3 மணி நேரம் சுருக்குத் தரவும். வெங்காரம் 50 கிராம் உருக்கி வங்கத்தை உருக்கிச் சாய்க்கவும்.

பிறகு ரசத்தையும் வங்கத்தையும் தொந்தித்துக் கொண்டு மற்ற இரண்டு சரக்குகளைக் கூட்டிப்பொடி செய்து அகத்திக்கீரை சார்விட்டு 12 மணி நேரம் அரைத்து வில்லை செய்து அலற உலர்த்தி மண் அகலில் வைத்து அகல்மூடி உளுந்தமாவினால் சீலை மூன்று செய்து அதன் மேல் மண் சீலை 4 செய்து உலர்த்தி கெஜபுடம் போட செந்தூரமாகும்.

அளவு : குன்றிவிடை சிங்கிபதிபம் கூட்டிக் கொடுக்கவும்.

தீரும் வியாதிகள் : ஜலோதரம், நீராம்பல், இருமல், சளை, நுணுக்கிருமல், குதகவாயு முதலிய பல நோய்கள் தீரும்.

ஆண்மையெழுச்சிக்கு குண்டுமணித் தைலம்

இந்தத் தைலம் சென்னை திருவல்லிக்கேணி ஜாம்பஜாரில் ஒரு சாயுபு வழங்கி வந்தார். கார்களில் மைனர்கள் அந்த சாயபுவிடம் வந்து ரகசியமாக மருந்தை

லாங்கிப் போவதுண்டு. நான் மாணவனாயிருந்தபோது கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன்.

இதேமுறையைக் கடலூரில் ஒரு சாயபு கிழவர் (வயது 75 இருக்கும்) கொடுத்துக்கொண்டிருந்தார்.

அவர் கொடுத்த முறை கீழ்க்கண்டது. அவர் திருவல்லிக்கேணி சாயபுவிடம் கற்றுக்கொண்டதென்று சொன்னார். நான் கடலூரில் மாவட்டக் குற்ற இயல் நீதிபதியாயிருக்கும்போது இந்த கிழ சாயபு தன் பேத்திக்கு இளம்பிள்ளை வாத நோய்க்காக மருத்துவம் செய்து கொள்ள வந்தார். மருந்து கொடுத்து குணமாயிற்று. அச் சமயம் பல பேச்சுகளில் இந்த மருந்தைப் பற்றிச் சொன்னார். அவருடைய பேத்திக்கு உடல்நலமான சந்தோஷத்தில் இம் முறையைப் பற்றிச் சொன்னார்.

மருந்து :	வெள்ளை குண்டுமணி	— 350	கிராம்
	படிகாரம்	— 70	,,
	தாளகம்	— 70	,,
	நெல்லிக்காகெந்தகம்	— 10	,,

வெள்ளை குண்டுமணியைத் தண்ணீரில் 2 நாட்கள் ஊறவைத்து மூன்றாம் நாள் மேல் தோலை நீக்கி நிழலில் உலர்த்தவும்.

டி பருப்புடன் மற்ற சரக்குகளைக் கூட்டி கோழி முட்டை மஞ்சள் கருவிட்டு நைய அரைத்து சுண்டைக் காய் அளவு மாத்திரைகள் உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும்.

¾ பருவம் உலர்ந்த பிறகு எடுத்து 1000 வோல்ட் எலக்ட்ரிக் பல்பில் (Electric Bulb) அடைத்து அதன்மேல் ஓர் ஓடு மூடி அதில் ஒரு பொத்தல் போட்டு வெள்ளிக் கம்பி சொருகி பல்பைத் தலை கீழாய் ஒரு சிறு ஜாடியில் பொருந்தக் கவிழ்த்து வாய்க்கு ஏழு சீலை மண்செய்து உலர்த்தி ஒரு குழியில் வைத்து பல்புக்குமேல் ½ அடி

அளவு இருக்கும்படி மணல் கொட்டி அதன்மேல் 200 விறட்டிகள் அடுக்கி நெருப்பிடவும்.

தைலமிறங்கும்.

பிரயோகம் : இந்தத் தைலத்தில் வெள்ளிக் குச்சியிட்டு வெத்திலையில் சுண்ணாம்பு தடவுவதுபோல் ஒரு வெத்திலையில் தடவிக் கொடுக்கவும்.

பாதி வெத்திலையைக் காலையில் மென்று சாப்பிட்டு விட்டு மற்ற பாதி இலையை இரவு உணவுக்கு ஒரு மணிக்கு முன் சாப்பிட்டபிறகு பால் சாப்பிடவும்.

பத்தியம் : இரவில், புளி, உப்பு சேர்ந்த ஆகாரங்கள் சாப்பிடக்கூடாது. தித்திப்புக் பண்டங்கள் நிறைய உட்கொள்ளவும். வீரமான எழுச்சியை உண்டாக்கும்.

ரசசெந்தூரம்

டி குழித்தைலம் விட்டு பாதரசம் 25 கிராம் கல்வத் திட்டு தைலம் வாங்குமளவு விட்டு மத்தித்து ஒரே வில்லை யாகச்செய்து மண் அகலில் வைத்து மண் அகல்மூடி சுண்ணாம்புசீலைகள் மூன்று செய்து உலர்த்தி அதன்மேல் மண் சீலை நான்கு செய்து உலர்த்திக் காயவைத்து 15 விறட்டியில் புடமிடவும்.

ரசம் செந்தூரமாகும்.

இது வாய் பிடிக்காது.

தாதுபுஷ்டி லேகியத்தில் அரிசியளவு கூட்டிக் காலை—மாலை சாப்பிட தாது லிங்க எழுச்சியைப் பலப் படுத்தும். உடலும், வச்சிரம்போலாகும்.

கண்களுக்கு சகதேவித் தைலம்

1. நெய் சட்டிச்சாறு — 2 லிட்டர்
2. பசு நெய் — 1 "
3. என் எண்ணெய் — 1 "

ஒன்றாகக் கலந்துகொள்ளவும்.

4. சந்தனம்
5. அதிமதுரம்
6. நன்னாரிவேர்
7. வெட்டிவேர்
8. விலாமிச்சவேர்
9. திப்பிலிமூலம்
10. லவங்கம்
11. கடுகுரோகணி
12. புலாங்கிழங்கு

(4 முதல் 12 வரை) வகைக்கு—2 கிராம்

4 முதல் 12 சரக்குகளை சூர்ணம் செய்து பசும்பால் விட்டரைத்து, 1 முதல் 3 சரக்குகள் கலந்த எண்ணெயில் சேர்த்து குழப்பி அடுப்பேற்றி சிறு தியாக எரித்து மெழுகு பதத்தில் இறக்கி வடித்துக் கொள்ளவும்.

பிரயோகம் : தேக்கரண்டியளவு காலை மாலை பாலில் அல்லது வெந்நீரில் ஓர் அவுன்ஸ் விட்டு 10 முதல் 20 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

வாரத்துக்கிருமுறை மேற்படி தைலத்தைத் தலையில் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

தீரும் வியாதிகள் : உஷ்ண இருமல், கண்களில் நீர் வடிதல், தேக எரிச்சல், உள்காங்கை, போராடுகின்ற சீதளசுரமும் சுருண்டு ஓடும்.

இத்தைலம் ஒவ்வொரு வைத்தியர் பீரோவிலும் இருக்கவேண்டியது.

சிடுகா மருந்து

1. கக்குவானுக்கு

மயில்இறகு	— 100 கி.
மிளகு	— 50.

இரண்டையும் வாணலியிலிட்டு எறித்து சாம்பல் செய்து கொள்ளவும்.

அளவு : 1 சிட்டிகை முதல் 2 சிட்டிகைகள் தேனில் காலை மாலை.

தீரும் வியாதி : கக்குவான், விக்கல் நீங்கும்.

2. வெள்ளை வெட்டைக்கு சிலாபற்பம்

சோற்றுக்கற்றாழை மடல்களை இரண்டாகப் பிளந்து சிலாசத்தை பரப்பி மூடி கோணி சாக்கில் சுருட்டி கட்டி கெஜ புடம் போட்டெடுக்க பற்பம் ஆகாச நிறத்திலிருக்கும்.

அளவு : திரிகடி—காலை—மதி—மாலை.

அனுபானம் : நெய், சர்க்கரை.

தீரும் வியாதி : வெட்டை, வெள்ளை, வாய்புண், மூலரத்தம்.

பத்தியம் : கத்திரிக்காய், பச்சை மிளகாய், கோழி, மீன், கருவாடு வகையறா கூடாது.

3. ரத்த மூலத்துக்கு கல்மதபஸ்பம்

கல்மதம்	—50 கி.
சிலாசத்து	—50 கி.
கல்நார்	—50 கி.

மூன்றையும் குமரிச்சாறில் (சோற்றுக் கற்றாழை) அரைத்து கெஜபுடம். இப்படி 3 புடம் போடவும். பஸ்பமாகும்.

அளவு : 1 கிராம் அளவு நெய்யில், வெண்ணெயில், சர்க்கரையில்.

பத்தியம் : புலால் சம்பந்தப்பட்டவைகள், பச்சை மிளகாய், கத்தரிக்காய் சாப்பிடக்கூடாது.

4. மேகம், சுரங்களுக்கும் பவழபற்பம்

பவழத்தை முதலில் எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் 3 நாட்கள் ஊறவைத்து, 4-ஆம் நாள் உலர்த்தி எடுக்கவும்.

கீழா நெல்லியிலையை மாங்காய் அளவு அரைத்து அதனுள் பவழத்தை பொதிந்து சுண்ணாம்பு சீலை ஒன்று செய்து அதன் மேல் மண் சீலை 7 செய்து சீலை உலரும் வரை வெயிலில் வைத்து எடுத்து நூறு விறட்டியில் புடமிடவும். பற்பமாகும்.

ஒரு வேளை கருப்பாயிருந்தால் கீழா நெல்லிச்சாறு விட்டு பவழத்தை அரைத்து அடையாகத் தட்டி உலர்த்தி மண் அகலில் வைத்து மேல் அகல்மூடி சந்து வாய்க்கு 5 சீலை மண்செய்து 50 விறட்டில் புடமிட வெண்மையான பற்பமாகும்.

அளவு : திரிகடி (3 விரல்கள் பிடிக்கும் அளவு)

தீரும் வியாதிகள் : காமாலைக்கு கீழாநெல்லிச் சாற்றில் காலை—மாலை கொடுக்கவும். உப்பில்லாப் பத்தியம்.

சுரம், கபங்களுக்கு—திரிகடுகு சேர்த்து தேனில்.

மேகங்களுக்கு—வெண்ணெய், நெய்யில்.

குழந்தைகள் தோஷம் } மஞ்சள் பொடி கஷாயத்தில்
வயிற்றுப் போக்குக்கு } நாள் 1 — க்கு 4 வேளைகள்

குன்றியளவு கொடுக்க ஒரே நாளில் குணம்.

ஹிருதய நோய்களுக்கு மான்கொம்பு பற்பம்
(சிருங்கி)

மான்கொம்பைப் பிளந்து கொள்ளவும். பசு நெய்யில் துணியை முக்கி கொம்பு துண்டுகளுக்கு 4, 5 தரம் சுருட்டி நெருப்பிடவும். பற்பமாகும்.

கருப்பாயிருந்தால் கோவையிலைச் சார்விட்டரைத்து வில்லை தட்டி அலற காயவைத்து அகலில் வைத்து மூடி சீலை மூன்று செய்து 25 விறட்டியில் புடமிட பற்பம் வெண்மையாக இருக்கும்.

அளவு : திரிகடி.

அனுபானம் : நெய், தேன், வெண்ணெய், சர்க்கரை.

வாய்ப் புண், வெட்டை வெள்ளைக்கு } சிலாசத்து, பற்பமும் சேர்த்து வெண்ணெயில், நெய்யில், சர்க்கரையில் கொடுக்க நன்மை பயக்கும்.

ஹிருதயத் துடிப்புக்கு மற்றும் அது சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கு } தேனில் காலை-மாலை

முத்து பற்பம்

மாதுளம் பூ சாற்றில் நல்ல முத்துகளை அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி மண் அகலில் அடக்கி சரக்குக்குத் தகுந்த விறட்டிகளில் புடமிடவும்.

அளவு : அளகளவு, நெய்யில், சர்க்கரையில், தேனில்.

தீரும் வியாதிகள் : இருமல், க்ஷயம் தீரும். தாது விருத்தியுண்டாகும்.

வெள்ளி பற்பம்

வெள்ளி ராவிய தூளை மிளகு தக்காளி சாறு விட்டு நைய அரைத்து மேற்படி இலையை அரைத்து கீழும் மேலும் வைத்து சீலை மண் செய்து 100 விறட்டியில் புடம். காட்டாமணக்குப் பாலில் அரைத்தும் போடலாம். பற்பமாகும்.

அளவு : அரிசியளவு.

தீரும் வியாதி : மேகம், ரத்தகாசம் தீரும்.

கல்நார் பற்பம்

(மூலம் வைத்திய பூரணம்-30) கல்நாரை பசுங்கோமியத்தில் 10 நாள் ஊறவைத்து எடுத்துக் கழுவி, உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

கோங்கிலவன் பட்டையை இடித்து கீழும் மேலும் வைத்து அழுத்தி சீலை மண் செய்து சீலை உலர்ந்த பக்குவத்தில் எடுத்துக் கல்புடமிட நீறும்.

அனுபானம் : குன்றியளவு வெண்ணெயில்.

தீரும் வியாதி :—20 சிலேஷ்மம் தீரும். கூன்டோடு ஆடிய பற்கள் இறுகும்.

பலகரை பற்பம்

பலகரை முங்கும் அளவு, காடிவிட்டு 50 விறட்டியில் புடம்.

அளவு : 2 குன்றியளவு.

அனு : நெய், வெண்ணெய், சர்க்கரை.

தீரும் வியாதி :—ரத்த பித்தம், மதுமேகம்.

சிலாபவழ பற்பம் (மேகங்களுக்கும்)

பவழத்தை பழச்சாற்றில் 3 நாட்கள் ஊறவைத்தெடுத்து தண்ணீரில் அலம்பவும். கர்ப்பூர சிலாசத்தை பசும் பாலில் காய்ச்சிக் கழுவி உலர்த்தவும்.

இரண்டையும் சம அளவு எடுத்துப் பிரண்டை சாற்றில் 12 மணி நேரம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி அகலில் அடக்கி சீலை செய்து 50 எருவில் புடம்.

அளவு :—½ கிராம்.

அனு :—வெண்ணெய், நெய், தேன்.

தீரும் வியாதி :—மேகநீர், எலும்புருக்கி, அஸ்தியில் மேகம், மதுமேகமும், குணமாகும்.

தேனில் கொடுக்க, சகல ரணம், மேலூரல், மேகத்தினவு, வாய்வு, குன்மவாய்வு நீங்கும்.

வெங்கார பற்பம் :

வெங்கார கட்டிக்குப் பிரம்மதண்டிப்பால் பனை ஓலை கனத்துக்கு அடித்து வெய்யிலில் வைக்க நீறும். அதை எடுத்து மேற்படி சாறு விட்டரைத்து 20 விறட்டியில் புடம்.

அளவு :—3 குன்றியளவு.

அனு : நெய், சர்க்கரை.

தீரும் வியாதி :—நீரடைப்பு உடனே தீரும்.

தங்க பற்பம்

உப்பிலாங்கொடி சாறு விட்டரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து மண் அகலில் அடக்கி சீலை செய்து 100 விறட்டியில் புடம்.

இப்படி 3 புடம் போட நல்ல பற்பமாகும்.

அனு :—நெய், தாதுவிருத்தி லேகியத்தில்.

தீரும் வியாதி : தாதுஹீனம், உடலில் தேஜசு உண்டாகும்.

கல்மத பற்பம்

கல்மதத்தைச் சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீர்விட்டரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி அகலில் வைத்து மேல் அகல்மூடி சீலை செய்து 100 விறட்டியில் புடம்.

அளவு : கொட்டைப் பாக்களவு.

தீரும் வியாதி : நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, சதை யடைப்பு.

வெங்கார பற்பமும் இதுவும் கலந்து கொடுப்பது விசேஷம்.

மிருதார்சிங்கி பற்பம்

மூலம் ஓட்டை சீழ் மூலத்துக்கு

மி. சிங்கி—50 கிராம் எடுத்து இசங்கு சாற்றில் 3 நாட்கள் ஊறவைத்து அதன் பிறகு மேற்படி சார்விட்டு

3 நாட்கள் அரைத்து சிறு வில்லைகளாகத் தட்டி காய்ந்த பிறகு 500 விறட்டியில் புடம்.

அளவு : குன்றி.

அனு : நெய், வெண்ணெய்.

காலை—மாலை 5, 6 நாட்கள் கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், புலால் வகையறா, ஆண் பெண் சங்கமம் கூடாது.

படிகார பற்பம்

வாய்ப்புண், விஷக்கடிகளுக்கு, ரத்த பித்தத்திற்கு.

100 கிராம் படிகாரத்தைக் கோழிமுட்டை வெண் கருவிட்டு வெண்ணெய் போலரைத்து வில்லை தட்டி அலற காயவைத்து அகலில் அடக்கி சீலை செய்து 50 விறட்டியில் புடம்.

அளவு : கொட்டைப்பாக்களவு.

அனு : நெய், வெண்ணெய்.

சொறி சிரங்கு நமைச்சலுக்குக் கெந்தக பற்பம்

சுத்தி செய்த 100 கிராம் நெல்லிக்காய் கெந்தகத்தை இஞ்சி ரசத்தால் 10 மணிநேரம் அரைத்து வெயிலில் வைக்க பற்பம். வெண்மையாக இருக்கும்.

அளவு : குன்றியளவு பசும்பாலில்.

அனு : காலை—மாலை சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதிகள் : சொரி, சிறங்கு, கரப்பான், சில விஷக்கடிகள் தீரும்.

பத்தியம் : ஆண், பெண் சங்கமம் கூடாது.

முத்துச்சிப்பி பற்பம்

முத்துச்சிப்பி பற்பம் : முத்துச்சிப்பிகளின் மேலுள்ள அழுக்கைக் கத்தியால் சுரண்டி சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளவும்.

வெடியுப்பு அதற்கு 4 பங்கு எடுத்து சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீரிலரைத்து சிப்பிகளுக்குக் கவசம் கட்டி 50 எருவில் புடமிட பற்பம்.

அளவு : ¼ கிராம்.

அனு : தேன்.

தீரும் வியாதி : கப ரோகங்கள்.

குறிப்பு : பலமும் சேர்த்து கொடுப்பது நன்று.

சங்கு பற்பம்

சங்கு பற்பம் (குன்மத்துக்கு)

வெண்மையான சங்குகளை உடைத்து வாஷிங் சோடா தண்ணீரில் கரைத்து அதில் சங்குகளைப் போட்டு நன்றாக 1 மணி நேரம் கொதித்த பிறகு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

குன்மடோரி அல்லது ஆடு தீண்டாப் பாளையிலையை அரைத்து அதில் சங்குத் துண்டுகளைச் சொருகி சுண்ணாம்பு சீலை ஒன்று செய்து அதன்மேல் மண்சீலை ஏழு செய்து சீலை உலரும் வரையில் வெய்யிலில் வைத்து எடுத்து 106 விறட்டியில் புடம் போடவும். சுண்ணமாயிருக்கும்.

அளவு : திரிகடி; வெண்ணெயில், நெய்யில்.

தீரும் வியாதிகள் : ரத்தம் கக்குதல், வயிற்றுவலி குன்மம் எட்டும் குணமாகும்.

நத்தையோடு பற்பம் (மூலத்துக்கு)

வாஷிங் சோடா தண்ணீரில் கரைத்து அதனுள் மேற்படி நத்தையோடுகளைப் போட்டு அடுப்பேற்றி 1 மணி நேரம் கொதிக்கவைத்து எடுத்து தண்ணீரில் அலம்பி எடுக்கவும்.

கடுக்காய்த் தோலை ஒன்றிரண்டாய் இடித்துக் கொள்ளவும். சோற்றுக் கற்றாழை சோற்றில் மேற்படி கடுக்காயைப் போட்டுப் பிசைந்து 1 மணிநேரம் வைக்க ஜெயநீர் வரும்.

மேற்படி ஓட்டில் ஜெயநீர்விட்டு மெழுகு திரள அரைத்து வில்லை தட்டிக் காயவைத்து அகலில் வைத்து சீலைமண் செய்து உலர்த்தி 50 எருவில் புடம்.

சரக்கு அதிகமாயிருந்தால் வறட்டிகளைக் கூட்டிக் கொள்ளவும்.

அளவு : திரிகடி (காலை—மாலை)

அனுபானம் :—வெண்ணெய், நெய்.

வாய்ப்புண், குடல் புண்ணுக்கு பொடுதலை நெய்

1. தேங்காய்ப் பால் — 1 லிட்டர்
2. பொடுதலைச் சார் — 1 லிட்டர்
3. ஊற்று ஜலம் — 2 லிட்டர்
4. திரிபலை சூர்ணம் — 35 கிராம்
5. திரிகடுகு சூர்ணம் — 35 ,,

எல்லாவற்றையும் சேர்த்து காய்ச்சி மெழுகு பதத்தில் இறக்கி எண்ணெயை வடித்து வைக்கவும்.

அளவு : தேக்கரண்டியளவு.

தீரும் வியாதி : நாள்பட்ட வாய்ப்புண், குடல் புண்கள் தீரும்.

இந்த நெய்யை உணவிலும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். மணமாகவே இருக்கும்.

சுரத்துக்கு கௌரி மாத்திரை

கௌரி பாஷாணம் 20 கிராம் எடுத்து பாகலிலைச் சாற்றால் மூன்று மணி நேரம் அரைத்து பச்சைப்பயிறு அளவு மாத்திரைகள் உருட்டி நிழலில் உலர்த்தவும்.

அளவு : 1, 2 மாத்திரைகள் திரிகடுகு சேர்த்து தேனில் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய் : எல்லா வகைச் சுரங்களும் தீரும்.

வயிற்றில் புழுவுக்கு

குப்பைமேனிச் செடிவேர் — 15
தண்ணீர் — 2 டம்ளர்

வேரைத் தட்டி தண்ணீரில் போட்டு ½ டம்ளராக சுண்ட வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு : 2 அவுன்ஸ் உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

பேதியாகும், புழுக்கள் வெளியாகும்.

பெரும்பாட்டுக்கு

எட்டிப்பட்டைத்தூள் 30 கிராம்
மிளகு 5 கிராம்

இரண்டையும் பொடி செய்து வேளைக்கு 5 கிராம் அளவு காலை—மதி—மாலை தண்ணீரில் சாப்பிட இரண்டு நாட்களில் குணமாகும்.

ஆண்மை இழந்தவர்களுக்கு

வெள்ளை அல்லது சங்கு பாஷாணம் – 20 கி

கொம்பு பாகற்காய் 200 கிராம் அளவு நசுக்கி பாஷாணத்துக்கு கீழும் மேலும் போட்டு 10 எருவில் புடமிடவும். இது சுத்தி.

எடுத்து :

கூகை நீர் — 10 கிராம்
திரிகடுகு — 10 கிராம் சேர்த்து.

இஞ்சிச்சாறில் சுண்ணாம்பு நீக்கி அந்தச் சாற்றினால் ஒரு சாமம் அரைக்கவும்.

எடுத்து குன்றியளவு மாத்திரை செய்து வைக்கவும்.

உபயோகம் : 1 மாத்திரை பாலில் சாப்பிடவும்.

குழந்தைகள் சுரல், குலைக்கட்டிகளுக்கு

கோடைகாலத்தில் கடலில் ஒரு மைலுக்கப்பாலிருந்து கொண்டு வந்த,

கடல் நீர் — 2 லிட்டர்
கரிசாலைச்சார் — 2 லிட்டர்

இரண்டையும் கலக்கிப் புட்டியிலடைத்து வைத்து மூன்று நாட்கள் ஆனபிறகு வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும்.

அளவு : காலை—மாலை இரண்டு தேக்கரண்டியளவு கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : குழந்தைக்கு எண்ணெய் சேர்ந்த பண்டங்கள் கொடுக்கக்கூடாது. பார்லி கஞ்சியில் கொஞ்சம் பசும்பால், சர்க்கரை சேர்த்து கூடுமானவரை 4 மணிக்கொருமுறை கொடுக்கவும். மோர் சாதம் கொடுக்கலாம்.

பெண்கள் துவாலைக்கு

(மிதமிஞ்சி இரத்தம் போதல்)

1. வதக்கிய புங்கம் இலை —175 கிராம்
2. பனைவெல்லம் (கருப்பட்டி, —350 ,,
3. ஒரு தேங்காய் திருவல் சிவப்பாக வறுத்தது—எல்லாவற்றையும் இடித்து லேகிய பதம்.

அளவு : வேளை ஒன்றுக்கு எலுமிச்சம்பழம் அளவு (காலை—மதி—மாலை).

தீரும் வியாதிகள் : பெரும்பாடு, வெள்ளை, கர்ப்பச் சூடு குணமாகும்.

கபஹர சூர்ணம்

ஆடாதோடாயிலை கண்டங்கத்திரி இலை முசுமுசுக்கையிலை இசண்டு இலை இசங்கு இலை தூதுளை அமுக்கிரா	சம எடை

நிழலில் உலத்தி இடித்து சூர்ணம் செய்து கொள்ளவும்.

அளவு : திரிகடி தேனில் கலந்து காலை—மதி—மாலை சாப்பிடவும்.

கப அடைப்பு, கப இருமல் குணமாகும்.

கண் வியாதிகள்

கண் படலம், கண்காசகம், கண்நோய், கண்பூ, கண்களில் குத்தல் முதலிய நோய்கள் சாதாரணமாய் வரக் கூடியவை.

நேத்திர மூலித் தைலம்

அடியேன் எழுதிய "சித்தர் கைகண்ட மருந்து" என்னும் நூலில் பார்க்கவும்.

படிகார நீர்

படிகாரத்தைப் பசும்பாலில் அரைத்து உலர்த்தவும் இதைப் பல நோய்களுக்குக் கொடுக்கலாம். சித்தர் கைகண்ட மருந்து என்னும் நூலில் காணலாம்.

இடி படிகாரத்தை ஒரு சிடிகை எடுத்து 2 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கலந்து கண்களில் விடவும்.

அம்மாம் பச்சரிசிச் சார்

சிகப்பு பெரிய அம்மாம் பச்சரிசி மூலிகையைக் களைந்து கலுவத்தில் இடித்து சார் பிழிந்து மெல்லிய துணியில் வடிகட்டி ஒரு புட்டியில் அடைக்கவும்.

காலை—மாலை இரண்டு மூன்று துளிகள் கண்ணில் விடவும்.

தீரும் வியாதி : பார்வை மந்தம், படலம், கண்ணில் பூ குணமாகும்.

பத்தியம் : பகல் நித்திரை, பெண்ணுலவு நீக்கவும்.

தலை முழுக்கு பசு நெய்யில் செய்யவும்.

பிரமியங்கள்

இரத்த பிரமியம் : நீர்த்தாரையில், கடுப்பும் குத்தலும் கண்டு இரத்தம் விழும்; உடல் வெப்பமாயிருக்கும்; கை கால் அயர்வுறும்.

மருந்து :
1. ஆவாரை அரிசி —40 இராம்
2. சந்தனம் — 5 ,,
3. சீரகம் — 5 ,,
4. சர்க்கரை —10 ,,

1 முதல் 3 சரக்குகளைச் சூர்ணம் செய்து சர்க்கரை கூட்டி வைக்கவும்.

அளவு : வெறுகடி எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் கலந்து காலை—மாலை சாப்பிடவும்.

சுக்கில பிரமியம்

நீர்த் தாரையில் சுருக்கென்று சுக்கிலம் விழும்.

மருந்து : ஓரிலைத் தாமரை கைப்பிடி; சீரகம்—½ தேக்கரண்டியளவு அரைத்து கொட்டைபாக்களவு காலை—மாலை ஒரு வாரம் சாப்பிடவும்.

பிரமியத்திற்கு பொதுப்பிரயோகம்

5 இராம் வெந்தயத்தை இரவில் தண்ணீரில் ஊற வைத்து காலையில் அரைத்து மோரில் கலக்கி 4 முதல் 7 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

சீழ் பிரமியமும் தீரும்.

மார் சளி நீங்க காபி

காபித்தூள்—5 கி.

மூன்றையும் சேர்த்து 1 டம்ளர் தண்ணீரிலிட்டு கொதிக்கவைத்து இறக்கி பொறுக்கக்கூடிய சூட்டுடன் காலை—மாலை சாப்பிடவும்.

காதில் சீழ் வருவதற்கு

வில்வப் பழச் சதையை 20 கிராம் எடுத்து பசுவின் பாலில் அரைத்து என்னெண்ணெய் ¼ லிட்டரில் போட்டு காய்ச்சிக் காதில் விடவும்.

சூதக வலிக்கு

மாதப்பிரவிடையாகும்போது தாங்க முடியாத வலியிருக்கும்.

மருந்து :

ஆடு தீண்டாப்பாளை	— 5
சீரகம்	— 1 இராம்
மிளகு	— 1 ,,
வசம்பு	— 1 இராம்
மஞ்சள்	— 1 இராம்

இவைகளை நன்றாக அரைத்துக் கோலி அளவு உருண்டை செய்து—தூரமான நாள் முதல் மூன்று நாட்களுக்கு—காலை—மாலை மாத்திரம் கொடுக்கவும்.

பத்தியமில்லை.

நாம்காம் நாள் தலைக்குளி செய்துவிட்டு ஈரத்தலையுடனிருக்கும்போதே 2 இராம் மூசாம்பரம் பொடி செய்து நெய்யுடன் கூட்டி சாப்பிடவும்.

அன்று பொங்கல், பாசிப்பயிறு சேர்த்து சாப்பிடவும்.

பத்தியம் : புளி, காரம் ஆகாது.

ஒரு முறை பிரயோகத்திலேயே சூதகவலி குணமாகும்.

குழந்தைகளுக்கு இருமல் மாத்திரை

1. கடுக்காய்த்தூள்
2. சுக்கு
3. மிளகு
4. திப்பிலி
5. அக்கரகாரம்
6. ஓம உப்பு
7. குங்குமப்பூ

} வகைக்கு—2 கி.

1, 3, 4, 5 சரக்குகளை வறுத்து சூர்ணம் செய்து கொள்ளவும்.

ஒரு பிடி துளசியிலை, தேக்கரண்டியளவு ஓமப்பொடி இரண்டையும் 2 டம்ளர் தண்ணீரிலிட்டுக் காய்ச்சி 1 டம்ளராக கண்டவைத்துக் கொள்ளவும்.

பிறகு 1 முதல் 8 சரக்குகளை டி கஷாயம் விட்டு மை போல் அரைத்து உளுந்தளவு மாத்திரை உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி பத்திரப்படுத்தவும்.

பெரியோர்களுக்கு : காலை மாலை 2 மாத்திரைகள் வெத்திலையில் வைத்து மென்று சாப்பிடவும்.

சிறுவர்களுக்கு : ஒரு மாத்திரை வெத்திலை வதக்கிப் பிழிந்த சாற்றில் உரைத்துக் கொடுக்கவும். கைகண்டது.

சர்ப்ப விஷத்திற்கு

வெற்றிலை —5
சுக்கு சிறுதுண்டு—1
உப்பு —2 சிடிகை

இவற்றை கசக்கி, கண், மூக்கு, காதுகளில் 2 துளிகள் வீதம் விடவும். சர்ப்ப விஷமிறங்கிவிடும்.

குறிப்பு : மற்றும் சில மருந்துகள் ''சித்தர் கைகண்ட மருந்து'' என்னும் அடியேன் எழுதிய நூலில் பார்க்கவும்.

வசீகர வடிவெண்ணெய்

1. வெள்ளை காக்கட்டான் இலை
2. கருப்பு காக்கட்டான் இலை
3. அவுரி இலை
4. வல்லாரை இலை

5. பொற்றலை
6. கற்றாழஞ் சோறு
7. பிரமிய வழுக்கை —வகைக்கு-300 கிராம்
8. சிறு செருப்படி
9. சிறுகீரை சமூலம்
10. ஆனைநெருஞ்சி சமூலம் —வகைக்கு-150 கிராம்
11. மஞ்சள் கடுக்காய்த்தோல்-ஒரு கிலோ

கடுக்காய்த்தோலை 8 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டுக் காய்ச்சி 2 லிட்டர் அளவுக்குச் சுண்டிய பிறகு வடிகட்டி கஷாயத்தை எடுத்துக்கொண்டு திப்பியை எறிந்துவிடவும்.

12. குமரிச்சாறு-½ லிட்டர்

13. நல்லெண்ணெய்-லிட்டர்—1 (ஒன்று)

செய்முறை : 1 முதல் 10 சரக்குகளை தனித்தனியே வெண்ணெய்போல் அரைத்து ஒன்றாகக் கலந்து ரூபா அளவு வில்லைகள் செய்து ஒரு பீங்கான் ஜாடியில் கடுக்காய் கஷாயம், குமரிச்சாறு, நல்லெண்ணெய் இவை களை ஒன்று சேர்த்து அதில் டி வில்லைகளைப்போட்டு ஜாடிக்கு மூடி போட்டு சீலை மண்செய்து அரை கஜ சதுர முள்ள பள்ளந்தோண்டி புதைத்து 48 நாட்கள் கழித்து எடுக்கவும்.

எண்ணெய் தயாராகிவிட்டது.

அளவு : எண்ணெய் 1 கிராம்-வில்லை 1. இவ்விரண் டையும் உட்கொள்ளவேண்டும். காலை-மாலை 20 நாட்கள் அல்லது 40 நாட்கள் நோயின் பலமறிந்து கொடுக்கவும்.

தீரும் வியாதி : மேக சம்பந்தமான வியாதிகள், சரும நோய்கள் தீரும்.

குறிப்பு : இரத்தத்தை சுத்திசெய்து தேக அழகு, தேக வசீகரம், முகவசீகரம் உண்டாகும்.

தேகத்தில் அழகை உண்டாக்குவதால் இதற்கு வசீகர வடிவெண்ணெய் எனப் பெயர்பெற்றது.

சுகுமாரதேகங்கள், குழந்தைகள் முதலானோர் உபயோகிக்கக்கூடியது.

பண்டிதர்களிடம் இருக்கவேண்டியது.

□□

வீரமாமுனிவர் அருளிய நசகாண்ட மால்தேவி செந்தூரம்

இந்த செந்தூரத்தைப்பற்றிப் பல பண்டிதர்கள் புகழ்ந்து பேசிக் கேட்டதுண்டு. ஆனால் பலர் இதை நடைமுறையில் செய்து அனுபவித்ததாகத் தெரியவில்லை.

அப்படிச் செய்தவர்களிலும் முறை தவறாகத்தான் செய்துள்ளார்கள் என்பது என் துணிபு.

காரணம், அவர்கள் சொல்லும் எடை விவரமும், அரைப்புக்கு உபயோகப்படுத்தும் சாறும்தான்.

சரக்குகளைச் சொல்லிவிட்டு கருவேம்பின் சாற்றா லரைத்து ஐந்தெருவில் புடம்போட ஆரறிவார் செந்தூரம் என்று பாடலில் வருகின்றது.

கருவேம்பின் சார் என்னவென்பது பண்டிதர் களிடையே பல கருத்துக்கள். சிலர் கருவேப்பிலைச் சார் விட்டரைத்து புடம்போட்டு காக்கை நிறத்தில் செந்தூரம் எடுப்பார்கள்; மற்றும் மலையில் கருவேம்பு உள்ளதென மலைகளேறி யாரோ சொன்ன ஒரு மரத்தின் இலையை பறித்துவந்து மருந்தரைத்து கெட்டவர்கள் பலர்.

நானும் அவர்களில் ஒருவன்.

இத்தனை குழப்பங்களுக்குக் காரணம் பாடல்களை எழுதி வெளியிட்டவர்தானென நினைக்கிறேன்.

கருவேம்பின் சாறு என்னவென்பதைப்பற்றி எட்டு ஒன்பதாவது பாடல்களில் விவரமாய் எல்லோருக்கும் புரியும்படியாய்ச் சொல்லியுள்ளது.

ஆனால் துரதிருஷ்டவசமாக அப்பாடல்கள் அச்சுப் புத்தகங்களில் பலவற்றுள்ளும் காணாமையே மேற சொன்ன குழப்பத்துக்குக் காரணம்.

பல வருடங்கள் நான் இந்த செந்தூரத்தைப்பற்றி பல பண்டிதர்களுடன் பேசி வரும்போது ஒருவர் தன் பழைய ஏடு என்று கொண்டுவந்து கொடுத்தார்.

அதிலிருந்து நான் கீழ்க்கண்ட பாடல்களை எழுதிப் பார்த்த பிறகே பொறாமை பிடித்த யாரோ சிலர் இப் பாடல்களில் முக்கியமான எட்டு, ஒன்பது பாடல்களை அகற்றிவிட்டார்களென அறிந்தேன்.

எட்டு, ஒன்பது பாடல்களில் கண்டபடி ஜெயநீர் தயார் செய்து புடம்போட்டேன். ஆனால் செந்தூரத் துக்குப் பதிலாக கருந்தூரமே புடத்திலிருந்து எடுத்தேன்.

பிறகும் பல ஆண்டுகள் பலரிடம் விளக்கம் கேட்டு வந்தேன். கரூர் நகரத்தில் 90 வயதுடைய கிருஷ்ணய்யங் கார் என்பவர் நான் செய்யும் முறையில் எடை தவறான தெனக் குறிப்பிட்டார்.

அதன் பிறகு அவர் சொன்ன எடைப்படி ஜெயநீரில் அரைத்து புடம் போட்டேன். செந்தூரம் முடிந்தது. பாடல்கள் எழுதிவிட்டு செய்முறை விவரம் எழுதுகிறேன்.

பாடல்கள்

1. பாருலகிலின்ன மொருபாகம் பகருகிறேன்
சிருமால் தேவிசிலை லிங்கம்—நேரான
செந்தி அரப்பொடியுங் கேள்
நாகசூதமொடு மிந்திரியொரு நிறையாய்மின்

2. மின்னே எழுவகையும் வேண்டி
கருவேம்பின் தன்னுடைய சாறு
விட்டுத் தானரைப்பாய்—அன்றொரு நாள்
தப்பாமல் வில்லைசெய்து சாதகமாய்
ஐந்தெருவில் அப்பா புடமிட்டு ஆற

3. ஆறிளடுத்துப்பார் ஆறரிவார் செந்தூரம்
மீராதே குன்றியடை வெண்ணையிலுண்
தீராத நோயுண்டோ மானிடர்க்கு
நுட்பமுடன் சொல்லுகிறேன்
மாயகுன்மம் சூலையும் போம்
மாண்டுபோகுமே காசமெல்லாம்
பொய்யல்ல மேகமெல்லாம் சாகுமே
குஷ்டந்தமர் வாய்வு மேகுமே
பித்த இறுகிறுப்பும் பேசங்கை காலெறிவுஞ்
சந்தி விக்கெல்லாம் போம்தான்

4. பாரதனில் நூலதனைப் பாடினேனென் கருத்துள்
தேரிநிறை சூத்திரமாய் சேர்க்கவே வேரல்ல
சிந்தும் பொய்யென்றோர் நிறஞ்செய்யில்
வீணாகும்
முத்தும் மெய்யென்றார்க்கா முற்றும்

5. விக்கல்போம் ஜன்னிசுர மேவுமிழிப் பிகவும்
பக்கவாதங்களெல்லாம் பாழாகும்—மக்களுக்கு
மேகவெட்டை வெள்ளையொடு மேவும்
பிரமியமும் தோகையர்க்கு சூதகநோய் தோகும்

6. தோகும் சகலவினை தோகையரை கூடுதற்கு
சீருடைய தத்துவமே செய்யும்—பாரிலுள்ளோர்
தேகமே பொன்னிறமாஞ் சொன்னோமே
செந்தூரம்
பாகம் செம்பில் பத்திலொன்று பார்

7. பத்திலொன்றியும் பகர்ந்தேனா னேழுரையாய்
புத்தியுள்ள சீஷர்க்கு பொன்னாகும்- வெற்றியிது
பாலிகட்கு யிம்முறையைப் பகராதே நீமடிவாய்
தேவியை நாடோறுஞ் செபி

8. கருவேம்பின் சாரதனை காசினியில் சொல்லுகிறேன்
கமியுப்பொடு இந்துலரும் கல்லுப்பும் நெறிபிசகா
பாறையுப்பும் வெண்காரம் பண்டுரைக்கும்
வேழலரும் நீருப்புஞ் சாரம் பூநீர்

9. நீனிலத்திலின்னும் நிறைவெடியும்
நற்படியும் தேனத்திலோர் நிறையாயெற்றபடி—
மானுறவே
காய்ச்சி யெடுத்து கலத்திட்டு மஞ்சகம்வை
நீக்க நீராகும் நினை.

10. நினைத்த கருவேம்பின் நீரறியாப் பண்டிதர்கள்
மனத்தெழுந்த தெத்தனையோ மாதுரைத்த
இணைத்துரையை
காணாது நானும் கலக்கமில்லாதே யுரைத்து
வீணாகா ரென்கிறேன் விரித்து

11. விரித்துரைத்த யிம்முறையை வேதமுணர்வா
ரெவர்க்கும்
பெருத்த புவனமதில் பேசினேன்—கருத்துரையாய்
கண்டுணர்ந்து செய்வீர் கலங்குகிறோ
மாகிலரின் தொண்டுகந்து கொள்வீர் தொகுத்து

12. தொகுப்பா னற்றலத்தில் தொல்லுலகிலேயுமுல்லான்
வருப்பானத்தகைய வானத்தால்—மகத்துவமாய்
என்றுஞ் சுகித்து இருப்பானவனல்லோ
கன்னிமலர்க்கடிமை காண்

13. நசகாண்டவெண் பாவில் நல்லமர மொன்றுண்டு
அசையாத கொம்புங்காலதிலுண்டு—நிசமாக
காட்டகத் திலேவிளையும் கருவேம்பின்
சுவையிலையேல்
பாட்டகத்திலே விளையும் பார்.

பாடல்கள் முற்றிற்று

கடைசி பாடலைப் படித்தபிறகு காட்டகத்தில் கருவேம்புயில்லை; நசகாண்ட வெண்பாவிலேயே அம்மரமிருக்கிறதென்பது வெட்டவெளியாய்த் தெரிகிறதல்லவா?

இந்தப் பதிமூன்றாவது பாடலையும் நான் கண்ட அச்சுப் புத்தகங்களில் காணவில்லை.

8, 9 பாடல்களில் கண்டிருக்கும் உப்புகளை எடுத்து சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீர்விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சி கட்டியாக வந்தபின் எடுத்துப் பனியில் வைக்க நீராகும்.

இந்த நீர்தான் கருவேம்பின் நீராகும் என்று 10வது பாடலில் விளக்கமாகக் கூறியுள்ளது.

இந்த நீரைக்கொண்டு, மால்தேவி, மனோசிலை, லிங்கம், கெந்தி, அரப்பொடி, நாகம், சூதம் கொண்ட ஏழு சரக்குகளையும் சமனெடை எடுத்து அரைத்து புடம் போட்டு ஏமாந்து போனதே மிச்சம்.

ஆனால் மேற்சொன்ன கிருஷ்ணய்யங்கார் சொன்ன விளக்கத்தின்படி செய்தபிறகு செந்தூரமாயிற்று.

அதன் அளவுகள் :	1.	மால்தேவி	—	1 கிராம்
	2.	சிலை	—	1 கிராம்
	3.	லிங்கம்	—	1 கிராம்
	4.	கெந்தி	—	3 கிராம்

அதாவது 1 முதல் 3 சரக்குகள் 3 கிராம் என்றால் கெந்தியும் 3 கிராம்.

5.	அரப்பொடி	—	1 கிராம்
6.	நாகம்	—	1 கிராம்
7:	சூதம்	—	1 கிராம்

இந்த அளவுப்படி மருந்துகளைக் கூட்டி செந்தூரம் செய்து கொள்ளவேண்டும்.

இச் செந்தூரம் வீரமாமுனிவர் சொன்னபடி நோய்களைத் தீர்க்கும்.

வெடியுப்பு ஜெயநீர்

வெடியுப்பு	10
சீனாகாரம்	25

இரண்டையும் சேர்த்து வாலையில் அடக்கி ஜெயநீர் இறக்கவும்.

அண்டகண்ணம்

பொரித்த முட்டையோடு அல்லது ஜவ்வு நீக்கிய அண்டோடு வேண்டிய அளவு எடுத்து முட்டை வெண்கருவிட்டு அரைத்து குகையிலிட்டு ஊதவும். எடுத்து மறுமுறையும் வெண்கருவிட்டரைத்து ஊதவும். இப்படி 3 முறைகள் செய்யவும். சுண்ணவேகம் குறைவாயிருந்தால் 5 முறைகள் செய்தால் கடுங்கார சுண்ணமாகும்.

இந்த சுண்ணம் ஒரு குருபோன்றது. இது சேர்ந்தால் சினம் சுண்ணமாகும்.

சினச்சுண்ணம் சேர்ந்தால் எல்லா சரக்குகளும் சுண்ணமாகும்.

படிகார சுண்ணம்

1. அண்டோடு சுண்ணம்
2. படிகாரம்

சம அளவு எடுத்து வெடியுப்பு ஜெய நீராலரைத்து சிமைகுகையில் பாதியளவு அடைத்து மேல் மூடி சீலை செய்து கொல்லன் உலையில் வைத்துப் பழுக்க மூன்று ஊத்துகள் ஊதவும்.

ஆறிய பிறகு பார்க்க சுண்ணமாயிருக்கும்.

இதற்கு படிகார சுண்ணம் (சினச் சுண்ணம்) என்று பெயர்.

வெடியுப்பு சுண்ணம்

அடி படிகார சுண்ணம்—1
வெடியுப்பு —1

அடி வெடியுப்பு ஜெய நீரில் அரைத்து சினச் சுண்ணம் செய்தது போல் ஊதி எடுக்க வெடியுப்பு சுண்ணமாகும்.

வங்கச் சுண்ணம்

வங்கம்—1
ரசம் —$\frac{1}{2}$

இரண்டையும் தொந்தித்துக் கொண்டு அதற்கு சம அளவு வெடியுப்பு சுண்ணத்தை சேர்த்து அடி ஜெயநீரால்

அரைத்து குகையில் அடக்கி மேல் மூடி பொருந்த மூடி கொல்லன் உலையில் ஊதவும்.

வங்கம் சுண்ணமாகும்.

துருசு சுண்ணம்

படிகார சுண்ணம்—1
வீரம் —$\frac{1}{4}$

இவை இரண்டையும் வெடியுப்பு ஜெய நீராலரைத்து துருசுக்குக் கவசம் செய்து அதன் மேல் வங்கச் சுண்ணம் கவசம் செய்து சுண்ணாம்பு மண் சீலை மூன்று செய்து அதன் மேல் மண் சீலை நான்கு செய்து காயவைத்து பத் தெருவில் புடமிட துருசு சுண்ணமாகும்.

விராலியிலையையும் துருசு சுண்ணத்தையும் சேர்த்து இடித்து வைக்க 2, 3 நாட்களில் நீர் பிரியும்.

இந்த நீரில் ரசம் கட்டும்; உருகி நிற்கும்.

இந்துப்பு சுண்ணம்

இந்துப்பு
சின சுண்ணம் } சம எடை

பழச் சாற்றாலரைத்து ஊத சுண்ணம். மருந்துக்கு உதவும்.

வெண்கார சுண்ணம்

வெண்காரம்—1
சின சுண்ணம்—1

இரண்டையும் பழச்சார் விட்டரைத்து ஊத வெங்காரம் சுண்ணமாகும். மருந்துக்கு உதவும்.

தாளகச் சுண்ணம்

சுத்தி செய்த தாளகம்—1
சீனை சுண்ணம்—1

பழச்சாறு விட்டரைத்து குகையில் அடைத்து ஊத தாளகம் சுண்ணமாகும். பூ நீறு சுண்ணம் முதலியவை இம்முறையின்படி சீனச் சுண்ணம் சேர்த்து சுண்ணங்கள் செய்து கொள்ளலாம்.

குறிப்பு : பாஷாணங்களுக்கு வெடி சீனச் சுண்ணம் சேர்த்து புடம் போட நீறும். ஆனால் உடலுக்குக் குற்றம் செய்யும்.

பாஷாணங்களுக்கு சீனச் சுண்ணமும் ரச பதங்கமும் சேர்த்து கவசமிடுவதே சித்தர்கள் முறை. அம்முறைப்படி செய்தால் குற்றம் தோராது ஒருபக்கமிருக்க உடலிலுள்ள நோய்களை குடியோட்டும்.

ஆகவே வைத்தியர்கள் தாளகம், பூரம் முதலிய பாஷாணங்களுக்கு படிகாரச் சுண்ணமும் ரசபதங்கமும் சேர்த்து ஜெய நீரால் அல்லது பழச்சாற்றாலரைத்து கவசம் கட்டி சரக்குக்குத் தக்கபடி பத்து முதல் இருபத்தைந்து விறாட்டிகளில் புடமிட நீறும். இம்மருந்து அமிர்தத்துக்கொப்பானது.

ரசபதங்கம்

செய்முறை

சூடன்	—250 கிராம்
சோத்துப்பு	— 5 கிலோ
செங்கல் மாவு	— 5 கிலோ

மூன்றையும் சேர்த்திடித்து ஒரு மண் சட்டியிலிட்டு அழுத்தி மத்தியில் பள்ளம் அளவோடு செய்து 400 கிராம்

ரசம் விட்டு மேல்மூடிக்கு குப்பைமேனிச்சாறு 5 முறைகள் தடவி, அதைக் கீழ் சட்டிமேல் பொருந்த மூடி, உளுந்த மாவை சீலை இரண்டு செய்து உலர்த்தி அடுப்பேற்றி கமலாக்னியாய் 6 மணி நேரம், காடாக்னியாய் 6 மணி நேரம் எறிக்க மேற் சட்டியில் பதங்கமேறும்.

அதைப் பக்குவமாய் சுரண்டி பத்திரப்படுத்தவும்.

பாஷாணங்களுக்குக் கவசம் செய்முறை

சீனச்சுண்ணம்—1
ரசபதங்கம் —¼

இரண்டையும் வெடியுப்பு ஜெய நீர் அல்லது பழச்சாற்றாலரைத்து பாஷாணங்களுக்குக் கவசம் மேற்சொன்ன அளவுபடி செய்து புடம் போட வேண்டும்.

இம்முறைப்படி செய்யும் தாளகச் சுண்ணம் சுபத்துக்குக் காலன். பல பிணிகளை நீக்கும் இல்லாவிடில் நோயாளியின் உயிருக்கே காலனாகலாம். தாளகத்தை வேறு ஜெய நீர்களாலும் முடிக்கலாம்.

ஆனால் அந்த நேரத்துக்கு வியாதியை நீக்கினாலும் பின்னால் சரும வியாதிகள் முதலியன உண்டாகுமென்க.

அகத்தியர் குழம்பு

1. பெருங்காயம்
2. கடுகு
3. இந்துப்பு
4. சூதம்
5. மனோசிலை
6. திப்பிலி
7. தகட்டரிதாரம்
8. கருஞ்சீரகம்

} வகைக்கு 5 கிராம்

9. வானம் (முளை நீக்கி விளக்கெண்ணெயில் வறுத்தது)—20 கிராம்

10. பச்சைக் கற்பூரம்—20 கிராம்

செய்முறை : பெருங்காயத்தைப் பொரித்துக் கொள்ளவும். கடுகு, திப்பிலி, கருஞ்சீரகத்தை இலேசான சூட்டில் வறுத்துக் கொண்டு மூன்றையும் சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இந்துப்பையும் பொடித்து இலேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.

அரிதாரம், மனோசிலை, சூதம் இவைகளை சுத்தி செய்து கொள்ளவும்.

பிறகு மேற்படி 10 சரக்குகளையும் ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் கல்வத்திலிட்டு அரைக்கவும். அருமையான மெழுகாகும்.

குறிப்பு : பச்சைபாதி, வறுத்ததுபாதி என்னுமிடத்தில் பலர் வானத்தை பாதி வறுத்தும், பாதி பச்சையாகவும் சேர்த்து அரைக்கிறார்கள். இது சரியான முறையல்ல. பச்சைபாதி யென்னுமிடத்து பச்சை கற்பூரத்தையே எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்த முறையில் மெழுகைத் தயார்செய்து பலன் கண்டுள்ளமையால் இங்கு எழுதலானேன். பச்சை பாதியென்பது பச்சை வாள மென்பதே சரியென்று கருத்தையுடையோர் அவர்கள் யோசனைப்படி செய்து கொள்ளலாம்.

மற்றொரு குறிப்பு : இந்த மெழுகை கொம்பு டப்பியில் அடைத்து தகுந்த மூடியிட்டு அப்படியே நெற்புடம் (நெல்களஞ்சியத்தில்) குறைந்தது 48 நாட்கள் வைத்தெடுத்தால் வெகுவேகமாகவும், குற்றமில்லாமலும் வேலை செய்யும். மூன்று மாதங்கள் நெற்புடத்தில் வைத்தெடுப்பது மிக்க நலம்.

அளவு : குன்றியளவு.

அனுபானம்	**தீரும் வியாதி**
சுக்கு கியாழத்தில்	சுரம்
கடுக்காய் கியாழத்தில்	இருமல்
நெய் அல்லது பால்	ரத்தமூலம்
மிளகுத்தூள் வெள்வெங்காயம்	சோகை, பெரு வயிறு
முசுமுசுக்கை, கழற்சிக்கொடி நொச்சிச்சார் (ஏதாவதொன்றில்)	சன்னி
நொச்சிச்சார்	வாதசூலை, குட்டங்கள்
,,	முகவாதம்
,,	சூசிகாவலி, குன்மம்
மருந்தை திரியில்தடவி புகை பிடிக்க	கபாலவலி
தாளை விழுது அரைத்த கல்கத்தில்	நீர்ச் சுருக்கு, கல்லடைப்பு
சங்கங்குப் பிச்சாறு	கிரந்தி, பறங்கி
,,	மண்டையிடி
வெள்ளாட்டுப் பாலும் நாவற் பட்டைசாறும் கலந்தது	சூதகவாயு
கடுகளவு கண்ணில் தடவ	சன்னி

கண்புண் ஆனால், கற்றாழைச்சோறு, அரைத்த சந்தனம் தயிர் முதலியன துணியில் தடவி கண்களில் வைத்துக் கட்ட குணமாகும்.

உமிழ்நீரில் கலந்து மேற்பூச்சாகத் தடவ
பிளவை, துடைவாழை அரையாப்பு, சிலந்தி.

குறிப்பு : இம்மருந்து ஒன்று இருந்தால்போதும் 4448 வியாதிகளும் குணமாகு மென்கிறார் அகத்தியர். உபயோகித்துப் பலன் கண்டது.

(மூலம், யோகஞான சாஸ்திரத்திரட்டு)

பத்தியம் : புளி, உப்பு, கடுகு, நல்லெண்ணெய், கரப்பான் பதார்த்தங்கள், புலால், பெண் உறவு நீக்கி சாப்பிட கொடிய வியாதிகளும் ஒரு வாரத்தில் குணமாகும்.

துவண்டுபோன மனிதனுக்கு ரசபற்பம்

1. ஒரு பீங்கான் கோப்பையில் 200 கிராம் பாதரசம் விட்டு அது முழுங்க புதிய வெடியுப்பு ஜெயநீர் விட்டு கடும் வெயிலில் வைக்க ரசம் பூர்த்து மேலே கிளம்பும். அதைப் பக்குவமாய் எடுத்துக்கொள்ளவும். ஜெயநீர் சுண்டிவிட்டால் மறுபடியும் ஜெயநீர் விடவும். இப்படி பூர்ந்த ரசத்தையெல்லாம் எடுத்துக்கொள்ளவும். இதற்கு ரசப்பூ என்று சொல்வர்.

2. சீனாகாரம் (படிகாரம்) } வகைக்கு 100 கிராம்
பொரித்த அண்ட ஓடு } எடுத்து

பழச்சாறு விட்டு மெழுகுதிரள அரைத்து சீமைகுகையில் அடைத்து ஊத சுண்ணம்.

பிறகு ரசப்பூவும், ஷெ சீனச்சுண்ணமும் சம எடை சேர்த்து பழச்சார் விட்டரைத்து வில்லைதட்டி உலர்த்தி சட்டியில் வைத்து மேல்சட்டி மூடி உளுந்துமாவினால் சீலைசெய்து அதன்மேல் களிமண் சீலை மூன்றுசெய்து உலர்த்தி அடுப்பேற்றி எறிக்கவும். மேற்சட்டியில் பதங்கம் ஏறும்.

அதை பக்குவமாகச் சுரண்டி எடுத்து அந்த எடைக்கு சமன் ஷெ சீனச்சுண்ணம் சேர்த்து பழச்சார் விட்டரைத்து

வில்லைதட்டி உலர்த்தி முன்போல் சட்டியில் வைத்து எறிக்கவும். அநேகமாய்ப் பதங்கம் ஏறாது. அப்படி ஏறினால் மறுமுறையும் முன்போல் பழச் சார்விட்டரைத்து உலர்த்தி எறிக்கவும். பதங்கம் மேற்சட்டியில் ஏறாத அளவுக்கு எறிக்கவும்.

பிறகு எடுத்து பட்டுபோல் அரைத்து புட்டியில் அடைக்கவும். மருந்து தயாராகிவிட்டது.

அளவு : அரிசியளவு.

அனுபானம் : அகலகெந்தி லேகியம் அல்லது நெல்லிக்கா லேகியம் அல்லது வல்லாரை லேகியத்தில் கொடுக்கவும்.

தீரும் வியாதிகள் : தாது கெட்டு நடக்கவும் சக்தியில்லாதவன் இம்மருந்தை மூன்று வேளைகள் சாப்பிட்டவுடன் எழுந்து வீரியமாய் நடப்பான். இது ஓர் அற்புதமான மருந்து. கொஞ்சம் பிரயாசைப்பட்டால் மருத்துவனுக்கும் நோயாளிக்கும் நன்மை பயக்கும்.

இம்முறை திருநெல்வேலி, தச்சநல்லூர் சுவாமி அத்வைதானந்தருடைய முறை.

கொடிய வாதங்களுக்கு பஞ்சசூத மெழுகு

சுத்திசெய்த பாதரசம்	5 கிராம்
ரசசெந்தூரம்	5 "
வீரம்	5 "
ரசகர்ப்பூரம்	5 "
மனோசிலை	5 "

எல்லாவற்றையும் ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் பட்டுப் போலரைத்து எடுத்து வெண்மையாய்த் தேய்த்த இரும்பு கரண்டியிலிட்டு சுத்தமான தேன் முங்கவிட்டு சிறு நெருப்பில் வைத்துக் கிளறவும். உருகும். கரண்டியில் கட்டிப்போகும்.

எடுத்து கழுவத்திட்டு பொடி செய்துகொள்ளவும்.

பிறகு சுக்குவின் மேல்தோல் நீக்கி இடித்து சூர்ணம் செய்துகொள்ளவும். 100-ம் நெம்பர் சல்லடையில் மூன்று முறைகள் சலித்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.

பாஷாண மருந்துகளின் எடைக்கு (அதாவது 25 கிராம்) மூன்று மடங்கு (75 கிராம்) சுக்குத்தூள் சேர்த்து தேன்விட்டு நைய மெழுகு பதமாயரைக்கவும். வெண்ணெய் பக்குவத்தில் எடுத்து கொம்பு டப்பியில் அடைத்து இருபது நாட்கள் நெற்புடத்தில் வைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு : சுண்டவத்தல் அளவு.

அனுபானம் : பனைவெல்லத்தில்.

பிரயோகம் : காலை - மாலை.

குறிப்பு : 5 நாட்கள் மாத்திரம் கொடுத்து நிறுத்திக் கொள்ளவும்.

பத்தியம் : மருந்து முடிந்த மறுநாள் ஓமம் தேக்கரண்டியளவு எடுத்து பசும்பால் விட்டரைத்து பசும் பாலில் கலக்கிக் காய்ச்சி கொதிவந்ததும் இறக்கி தலையில் தேய்த்து ஒரு மணிக்குப் பிறகு வென்னீரில் குளிக்கவும்.

இப்படி ஒன்றுவிட்டொருநாள் மூன்று தலை குளிக்கவும்.

உணவு : புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், கரப்பான் பதார்த்தங்கள், புலால் கூடாது.

மருந்து சாப்பிடும் ஐந்து நாட்களும் குளிக்கக்கூடாது. பச்சை தண்ணீரில் புழங்கக்கூடாது. உப்பு வறுத்து சேர்க்கவும். 6ஆம் நாள் முதல் 11ஆம் நாள் வரை புளி சுட்டு சேர்க்கவும்.

பெண் உறவு 40 நாள்கள் கூடாது.

நூற்றில் ஒருவருக்கு வாய்பிடிக்கக்கூடும். உள்ளுக்கு திரிபலா கஷாயமும், வாய் கொப்பளிக்க கடுக்காய்க் கஷாயமும் உபயோகித்தால் சுகமாகிவிடும்.

தீரும் வியாதிகள் : கணுவாதம், ஆமைவாதம், உடலெல்லாம் குத்தல் குடைச்சல் முதலிய வாத நோய்களெல்லாம் குணமாகும் சோதித்தது.

வெறிநாய்க் கடிக்கு

தானென்ற பேய்நரி நாய் கடித்துதானால்
தழைத்த மணத்தக்காளி யிலைச்சாரப்பா
பலனென்ற படிக்கால்தான் கொடுப்பாயப்பா
பாங்காக மூன்று நாளாறுவேளை
கோனென்று பத்தியந்தானுப் பாகாது
குணமாகும் ஏழாநான் நீரைவாறு
வேனென்ற பேய்நரிநாய் கடிதான் தீரும்
விதமாகுமிதன் தழையை மேலேபூசு.

பூனைக் கடிக்கு

பூசியே பூனைதான் கடித்துதானால்
புனிதமுள்ள பூனைதொழும் பட்டைவாங்கி
ஆசியே பசுவின்பால் தனிலரைத்து
அப்பனே பத்தியாய் குடிக்கச்சொல்லு
கூசியே முன்போலே பத்தியமேகாரு
மனமுள்ள நீலிவேர் தனையரைத்து
வாசியே ஈராறு நாளும்பூசு
வகையாக பூனைகடி தீருந்தானே.

(மூலம் வைத்தியக் கண்ணாடி)

பொருள் : வெறிநாய் கடித்ததானால் மணத்தக்காளி இலைகளை இடித்து சார்பிழிந்து அரைக்கால் லிட்டர் காலை—மாலை வெரும் வயிற்றில் உள்ளுக்கு கொடுக்கவும். இப்படி மூன்று நாட்கள் அதாவது ஆறு வேளைகள் கொடுக்க வேண்டும். அந்த இலையையே சக்கி கடித்த இடத்தில் வைத்துக் கட்டவும். ஒருநாளைக்கு ஒருகட்டு போடவும். பூரணகுணம். தொப்புள் சுற்றியும் பதினாறு ஊசிகள் போட வேண்டாம்.

பத்தியம் : உப்பு சாப்பிடக்கூடாது; நாலாம் நாளிலிருந்து உப்பு வறுத்து கூட்டலாம். புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய் சேர்க்கக்கூடாது. ஆறுநாட்கள் குளிக்கக் கூடாது. பச்சைத் தண்ணீர் சாப்பிடக்கூடாது.

7-ஆம் நாள் குளிக்கலாம்.

பூனைக்கடிக்கு : பூனைவணங்கி என்னும் குப்பைமேனி வேர்களை எடுத்து பசுவின்பால் விட்டரைத்து கோலியளவு பசும்பாலில் கொடுக்கவும். ஒருநாளைக்கு இரண்டு வேளைகள். அப்படி மூன்று நாட்கள். வெறிநாய்க் கடிக்கு சொன்ன பத்தியத்தை அனுசரிக்கவேண்டும்.

மேற்பூச்சு : கடிவாயில் நீலி என்னும் வண்ணான் அவுரியிலையை அரைத்து வைத்து மூன்று நாட்களுக்கு மூன்று கட்டு கட்டவும்.

வெறிநாய்க் கடிக்கு சொன்னபடி பத்தியமிருக்க வேண்டும். பூரண குணம்.

பெரும்பாட்டுக்கு

1. மஞ்சிட்டி
2. மஞ்சள்
3. தேவாரம்

4. கடுக்காய்
5. கடுகுரோகிணி
6. முடக்கொத்தான்
7. முற்றிய வேலிப்பருத்திவேர்
8. சுக்கு
9. செவ்வியம்

வகைக்கு—350 கிராம்

இடித்து சூரணித்து 32 லிட்டர் தண்ணீரூற்றி 8 லிட்டராக கண்டவைத்து குழம்புபதத்தில் வந்ததும்,

10. சீரகம்
11. திப்பிலி
12. அதிவிடையம்
13. கடுக்காய்தோடு
14. காசுக்கட்டி

வகைக்கு—25 கிராம்

10 முதல் 13 சரக்குகளை வறுத்துக்கொள்ளவும். பிறகு சூர்ணம் செய்யவும். காசுக்கட்டியைப் பொடித்துக் கொள்ளவும். இந்த சூர்ணத்தைக் குழம்பு பதமான கஷாயத்தில் போட்டு அடுப்பேற்றி எறித்து மெழுகு பதமாய் கிண்டி எடுக்கவும். மருந்து தயார்.

அளவு : வேளைக்கு 15 கிராம் வீதம் காலை ஒரு வேளை உணவுக்குமுன் நீரில் கரைத்து சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதி : பிரமியம், இரத்தப்போக்கு, பெரும்பாடு —நிற்கும்.

இம்மருந்து பரம்பரையாய் தூத்துக்குடி நாயுடு வைத்தியர் கையாண்டு புகழ்பெற்றது.

An evaluation version of novaPDF was used to create this PDF file.
Purchase a license to generate PDF files without this notice.

கிருமிக்ன சூர்ணம்

1.	பாதரசம்	5 கிராம்
2.	கெந்தி	10 ,,
3.	எட்டிக்கொட்டை	15 ,,
4.	இந்துப்பு	20 ,,
5.	புரசம் விதை	25 ,,
6.	ஓமம்	32 ,,
7.	வாயுவிளங்கம்	35 ,,
8.	சிவதைவேர்	40 ,,

செய்முறை : எட்டிக் கொட்டைகளை பசும்பாலில் ஊறவைத்து மறுநாள் மேல்தோலியை சீவி எடுத்துவிட்டு துண்டுகளாக நறுக்கி லேசாக வறுத்துக்கொள்ளவும்.

புரசம் விதையை எருமைச்சாணியில் வேகவைத்து எடுத்து மேல் தோலியை நீக்கி உலர்த்திக்கொள்ளவும். சிவதை வேரை பசும்பாலில் அவித்து உலர்த்தவும். ஓமம், வாயுவிளங்கத்தை பொன் வறுவலாய் வறுக்கவும். பிறகு 3 முதல் 8 சரக்குகளை இடித்து வஸ்திரகாயஞ் செய்யவும்.

அதன் பிறகு ரசம், கெந்தி இரண்டையும் கலுவத்தி லிட்டு நன்றாகக் கறுத்து உறவாகும் வரையில் அரைக்கவும். பிறகு சூரணத்தை கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் சேர்த்து பட்டுபோலரைத்து புட்டியிலடைக்கவும். மருந்து தயார்.

அளவு : 1 வயது முதல் 5 வயது வரை : 1 சிடிகை பசும்பாலில் கலந்து இரவு படுக்கும்போது கொடுக்கவும்.

5 முதல் 12 வயது வரை ½ கிராம் முன்போல் கொடுக்கவும்.

பெரியோர்களுக்கு : 1 கிராம் முதல் 2 கிராம் அளவு இரவு படுக்கும்போது பாலில் அல்லது வென்னீரில் சாப்பிடவும்.

குறிப்பு : மறுநாள் காலை வரையில் பேதி ஆகாவிட்டால் விளக்கெண்ணெய் 1 அவுன்ஸ் சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதி : கிருமிகள் கூண்டோடு வெளியேறும்.

—: (முற்றிற்று)— ;

சித்தர் கைகண்ட மருந்து

ஆசிரியர் :
வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமய்யா, B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை - 600 106

சித்தர் கைகண்ட மருந்து

ஆசிரியர் :
வைத்தியரத்தினம் V. பலராமய்யா, B.A. ,B.L.,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
ஜட்ஜ் பங்களா, அரும்பாக்கம்,
சென்னை-600 106. தொலைபேசி-422521



வைத்தியரத்தினம்
டாக்டர் V. பலராமய்யா

சிறப்புரை

காஞ்சி தொண்டை மண்டலாதீன குரு மகாசந்நிதானம் சீலத்திரு ஞானப்பிரகாச தேசிக பரமாசாரிய சுவாமிகள்

அவர்கள் திருவுள்ளம்

தமிழக சித்தர்கள் பண்டைக் காலத்தில் உபதேசித் தருளிய மெய்ப்பொருளுண்மைகளை மிகப் பிற்காலத்திலே எழுத்துருவிற்காட்டினர். அவர் வழியொழுகிய சான்றோர் அவ்வுருவை அவை பெறும்வரை அவரவர் அநுட்டானத் திலே மட்டும் இருந்தது. நெருங்கித் தொண்டு புரிந்த மாணாக்கர்களுக்கு மட்டும் உபதேசித்தருளினர். இன்றும் சித்தர்களின் அநுபவசித்திகள் எழுத்துருப் பெருதனவாய் பல உள்ளன. பெற்றவற்றுள்ளும் எல்லாம் விளங்குவன அல்ல. அவை சித்தர் நெறியில் ஒழுகியோர் பாடியனவே எனத் துணியினும், அத்துணிவு நிலைபெருது. பலதிறத் தால் அவை பொருள் விளங்காத நிலையை யெய்தின. சித்தர் நூல்களுட்பல சித்தர் மெய்ப்பொருள்களைச் சித்தர் மருத்துவ நெறி யுண்மைகளைச் சார்த்தியே உணர்த்து கின்றன. அவற்றின் உணர்ச்சியைப் பெறுதல் மிக அரிது. மருத்துவ நெறி பலவகை. ஒவ்வொரு நெறியும் வெவ்வேறு பெயரால் வழங்கப்படுகின்றன. அவற்றுள் 'சித்தவைத்தியம்' என்னும் வழக்கம் இக்காலத்திலும் பலர் நாவில் அடிபட்ட வழக்காயுளது. அதற்குக் காரணம் நாம் அறிந்த அளவில் திருவாளர். வி. பலராமய்யா B.A.,B.L., அவர்கள் இளமை முதலாகச் செய்துவந்த ஆராய்ச்சியும், அதன் பயனுக ஆங்காங்கு ஏற்பட்டுள்ள சித்த மருத்துவ நிலையங்களும் அவற்ருேடு அவர்கள் உயரிய பதவிகளில் விளங்குவோர்கள் வாயிலாகச் சித்த வைத்தியம் ஒரு மெய்ப்பொருள் நெறியை யொட்டிய முழு உண்மை என்று பரவும் வாய்ப்பு ஆகும். ஆகவே அவர்கள் அம் மெய்ப்பொருள் நெறியையும் சித்த மருத்துவத்தையும் குறித்து இரு பெருந்தலைப்பில் இரு நூல்கள் வெளியிட்டுதவ விரும்பி, இதனை எழுதினுர்

அரன் மலரடிக்கீழ் இருப்பன் மாறாத சிவாநுபவம் மருவிக் கொண்டே இருப்பான்" என்பதை அறிக.

அணிமா முதலிய எண்பெருஞ் சித்திகளே வீடுபேறு என்று சொல்லலாகாது எங்குமாய் எல்லாமாய் இன்பமாய் அன்பாய் உணர்வாய் ஒழிவற்றும் அசைவற்றும் இருப்பதே பேரின்ப வாழ்வு. இவ்வாழ்வை விளக்கியும் அநுபவிக்கச் செய்தும் வந்த சித்த பரம்பரையின் மெய்ஞ்ஞானச் செல்வமே, இந்நாட்டில் பலவேறு கொள்கைகளாகி அவரவர் அறிவின் நிலைக்குத் தகத்தோன்றின. சைவசித்தாந்தமும் தமிழகத்திலே இந் நெறியின் அடிப்படையைக் கொண்டு தோன்றிச் செம்மையுற்ற செந்நெறியாகும்.

ஆகவே, இத்தகைய சீரிய மெய்ந்நெறியைத் தம் இளமை முதல், தம் பெற்றோர் வழியாயும் தமக்குத் தொடர் புள்ள கற்றோர் மற்றோர் வழியாயும் உணர்ந்து மிக்க புலமையும் அதற்குத் தக்க அநுபவம், செய்பாகம், கைபாகம் முதலிய பிற நலங்களும் வாய்க்கப்பெற்று விளங்கும் பேரறிஞர் திருவாளர். வி. பலராமய்யா அவர்களை உலகம் மறவாது உண்மைப் புகழால் போற்றி வாழ்த்தி வாழும் என்பது நம் கருத்து. இக் காலத்திற் 'பொருள்சேர் புகழ் இவர்களையும் இவரன்னோர்களையும் சாரும்' என்பது திண்ணம்.

பலராமய்யா என்னும் பண்பாளன் வாழ்க
குலராம மூர்த்தியைப்போற் கொற்றம்—நவராகம்
செல்வ மிருநான்கும் சிறப்பொடுற்று வாழ்கசீர்
பல்வகையும் எய்தும் பயன்.

சிவம்
12-2-1969

உயர்திரு,
முத்துமாணிக்கவாசகம்

கள். பற்பல ஆண்டின் முன்னரே தருமை யாதினத்துத் திங்கள் வெளியீடு 'ஞானசம்பந்தம்' என்னும் இதழில் தொடர்ந்து சித்த மருத்துவக் கட்டுரைகளை எழுதிக்கொண்டு தமிழகத்திற்கு இதனை அறிவித்து வந்த மாண்பு அவர்கட்கே தனித்துரியதாகும். அப்பணியே புள்ளிருக்கு வேளூரில் (வைத்தீசுவரன் கோயில் சார்பில்) ஷை ஆதீனத்திருப்பணி களுள் ஒன்றாகிய 'சித்த மருத்துவ நிலையம்' தோன்றி இன்றும் மிக்கச் சிறப்போடு பயனளித்து வருகின்றது. திருப்புகலூர் முதலிய பிற இடங்களிலும், இவர்களது ஆராய்ச்சியின் விளைவாய் அத்தகைய நிலையம் பல தோன்றின.

இந்நூலின் தலைப்புக்கள் தம் உட்கருத்துக்களின் விளக்கத்திற்குப் பொருத்தமாக இருப்பதே ஆசிரியரது அநுபவ விசேடத்தையும், உலகுபகாரமாக வழங்கும் உண்மை நெறி விளக்கத்தையும் வெளிப்படுத்தும். இங்கு போந்து அருகிலிருந்து தொடர்ந்து படித்துக் கேட்க செய்தார்கள். திருமூலர், திருமந்திரமாலை முதலியவற்றி லிருந்து பற்பல பாடல்களும் பாடற்பகுதிகளும் பழமொழி களும் இடையிடையே மேற்கோள்கள் காட்டியிருத்தல் மக்களை நம்பிக்கையோடு இச் சித்தர் நெறியில் ஒழுகிப் பயனுறச் செய்யும்.

இறப்பிலா இன்பவாழ்வு எய்த விழைவோர் நன் முயற்சி, இந்நூலைத் துணையாகக் கொள்ளின், நிறைவுறப் பெறுவர். சித்தர் வகை நான்கு. சரியாசித்தர், கிரியாசித்தர், யோகசித்தர், ஞானசித்தர் என்னும் நாற்றிறத்தோருள் ஞான சித்தரே பிறப்பு இறப்பில்லாப் பேரின்ப வாழ்வு, இவ் உடலோடு கூடியிருக்கும்போதே பெறுவார். "ஞானத்தால் வீடு", "ஞானமலதுகதி கூடுமோ?" முதலியன ஞான சித்தர்க்கே வீடுபேறு என்பதை நிறுவும். உடல் ஒழிந்த பெறும் பேரின்ப நிலையை இவ்வுடலிருக்கும்போதே பெறுவதுதான் சீவன் முக்திநிலை. சிவஞான சித்தியாரில் "அந்நிலைமை இந்நிலையில் அடைந்த முறையாலே மாயமெலாம் நீக்கி

அரன் மலரடிக்கீழ் இருப்பன் மாறாத சிவாநுபவம் மருவிக் கொண்டே இருப்பான்" என்பதை அறிக.

அணிமா முதலிய எண்பெருஞ் சித்திகளே வீடுபேறு என்று சொல்லலாகாது எங்குமாய் எல்லாமாய் இன்பமாய் அன்பாய் உணர்வாய் ஒழிவற்றும் அசைவற்றும் இருப்பதே பேரின்ப வாழ்வு. இவ்வாழ்வை விளக்கியும் அநுபவிக்கச் செய்தும் வந்த சித்த பரம்பரையின் மெய்ஞ்ஞானச் செல்வமே, இந்நாட்டில் பலவேறு கொள்கைகளாகி அவரவர் அறிவின் நிலைக்குத் தகத்தோன்றின. சைவசித்தாந்தமும் தமிழகத்திலே இந் நெறியின் அடிப்படையைக் கொண்டு தோன்றிச் செம்மையுற்ற செந்நெறியாகும்.

ஆகவே, இத்தகைய சீரிய மெய்ந்நெறியைத் தம் இளமை முதல், தம் பெற்றோர் வழியாயும் தமக்குத் தொடர் புள்ள கற்றோர் மற்றோர் வழியாயும் உணர்ந்து மிக்க புலமையும் அதற்குத் தக்க அநுபவம், செய்பாகம், கைபாகம் முதலிய பிற நலங்களும் வாய்க்கப்பெற்று விளங்கும் பேரறிஞர் திருவாளர். வி. பலராமய்யா அவர்களை உலகம் மறவாது உண்மைப் புகழால் போற்றி வாழ்த்தி வாழும் என்பது நம் கருத்து. இக் காலத்திற் 'பொருள்சேர் புகழ் இவர்களையும் இவரன்னோர்களையும் சாரும்' என்பது திண்ணம்.

பலராமய்யா என்னும் பண்பாளன் வாழ்க
குலராம மூர்த்தியைப்போற் கொற்றம்—நவராகம்
செல்வ மிருநான்கும் சிறப்பொடுற்று வாழ்கசீர்
பல்வகையும் எய்தும் பயன்.

சிவம்

உயர்திரு,
முத்துமாணிக்கவாசகம்

12-2-1969

முகவுரை

எனக்கு அப்போது வயது 12. உடலில் நீரேற்றம். கண்களின் கருவிழி காண்பதற்கில்லை. மருந்துகள் பிணியை மாற்ற வழியில்லை. பெற்றோர் கதறும் நாள் மிக நெருக்கம். யாரோ ஒரு சாது உடலிலே காவி உடை. அழகிலே மன்மதன். முகத்தில் ஒளி வீசியது. என் ஊரில் ஓர் அரசமரம். இதன் நிழலில் அப் பெரியார் அமர்ந்திருந்தார். பேசுவதில்லை. ஊர் மக்கள் அவரைச் சுற்றிக் கூடினர். அவர்களுள் என் தந்தையும் ஒருவர் ஆவார். சாதுக்கள் கூட்டத்தை விரும்புபவர். தன் வீட்டுக்கு அப் பெரியாரை அழைத்து வந்தார். "பையன் உடம்புக்கு என்ன" என்று அப்பெரியார் விசாரிக்க மகோதர வியாதி என்றார்—மனக் குமுறலுடன் என் தந்தை. ஒரு துண்டுத் தாளில் சில கடை மருந்துப் பொருட்களை அப்பெரியார் எழுதினார். அவைகள் சூரணமாக வடிக்கப்பட்டன. 3-நாட்கள் எனக்கு அது கொடுக்கப்பட்டது. "விருந்தும் மருந்தும் மூன்று நாள்" என்று பெரியோர்கள் சொல்வது பொய்யாகுமா! பிணி அகன்றது. பெரியோரும் நான்காம் நாள் சொல்லாமல் மறைந்தார். இச் சம்பவம் என் உள்ளத்திலே என்றும் ஆழ்ந்து கிடந்தது.

என் தாய் குழந்தைகள் மருத்துவம் செய்வார்கள். எனக்கும் அதில் ஒரு பங்கு அனுபவம் உண்டு. வேண்டிய மூலிகைகள் தெரிந்த அளவுக்கு நானே கொண்டு வருவதுண்டு. என் வயது பெருகப் பெருக மருத்துவத்தில் சிறுகச் சிறுக ஊக்கம் வளர்ந்தது படிப்பிலே பள்ளி மாணவர்களில் எனக்குக் கடைசியிடம் இந்நூலுக்கு சிறப்புரை வழங்கியுள்ள பெரியார் என் தமிழாசிரியர். என்னைப் பள்ளியிலிருந்து கரையேற்றிவர்.

பள்ளி மாணவனிலிருந்து கல்லூரி மாணவனானேன். மருத்துவப் புத்தகங்களை அவ்வப்போது படிப்பேன். மருத்துவர்களை அணுகிப் பலவற்றிற்கு விளக்கம் கேட்பேன்.

இப்படிப் பல ஆண்டுகள் சென்றன. பிறகு நானே சில மருத்துவர்களைக் கொண்டு சித்த மருந்துகளைச் சித்தம் செய்யலானேன். அவைகளை என் வீட்டினருக்கே அளித்துப் பயன் கண்டேன். அதன் இன்பச்சுவை அளவு மீறியது.

சித்தர்கள் நூல்களை இரவும் பகலும் ஒய்வு நாட்களில் படிக்கலானேன். அவற்றில் ரசவாதம், யோகம், ஞானம் முதலியவை என்னைக் கவர்ந்தன. 1946-ஆம் ஆண்டு நீதிபதியானேன். 1950-ஆம் ஆண்டு 2-மாத ஒய்வில் சென்னையில் வாடகை வீட்டில் குடியிருந்தேன். பக்கத்து வீட்டில் இரவும் பகலும் புகை கிளம்பியவண்ணமாக இருந்தது. அங்குக் குடியிருந்தவர் ஒருவரே. அவரின் வயது 60. அவர் சித்த மருத்துவரென அறிந்தேன். என் ஒய்வுக்கும் அருகிலிருந்து சித்த மருத்துவருக்கும் பொருத்தம் கேட்க வேண்டுமா? அவரிடம் சென்றேன். வணக்கம் செய்தேன். நான் ஒரு குற்ற இயல் நீதிபதி யென்றேன். அமருங்கள் என்றார்.

மருத்துவ நூல்கள் ரசவாதத்தைப்பற்றி சொல்லுகின்றனவே - உண்மையாக அப்படி ஒன்று உண்டா? என்றேன். ஏன் சந்தேகமென்றார். "சித்தர்கள் மருந்தின் குணத்தைப் புகழ்கிறீர்களே! அப்படியிருக்க சித்தர் நூல்களின் பிறபகுதியிலுள்ள ரசவாதத்தை ஏன் சந்தேகிக்க வேண்டுமென்றார்" தங்கமாக்குகிறேனென்று எத்தனையோ போலிகள் ஏமாற்றி மக்களிடம் பணம் பறிக்கிறார்களே! இரசவாதம் உண்மையாயின் ஏன் அதைச் செய்துகாட்டி மக்களை அவ்விஞ்ஞானத்தில் நம்பிக்கை யூட்டக்கூடாதென்று கொஞ்சம் கடினமாகப் பேச ஆரம்பித்தேன். அதற்கவர் "உங்களுக்கு அநுபவம் போதாது. ரசவாதம் என்பதற்கு உயிர் கொல்லியென்று மற்றொரு பெயர்." அதைச் செய்துகாட்டியவனை மறுநாளே மக்கள் மேலுலகம் அடையச் செய்வரென்றார்.

அவர் சொல்லியது எனக்கு வறட்டு வேதாந்தமாகத் தோன்றியது. அவர் அதை அறிந்துகொண்டார். அப்படி

அந்த நாள் சென்றது. மறுநாள் காலை 8-மணி, நான் வாசலில் நின்றுகொண்டிருந்தேன். அழைத்தார். உங்களிடத்தில் பாதரசம் இருக்கிறதாவென்றார். உடனே ஒரு தோலா பாதரசத்தைக் கொண்டு போனேன். தங்கம் உருக்கும் சிறு குகையில் அதைவிடச் செய்தார். கரியடுப்பில் அதை யேற்றிச் சூடு செய்தார். உடனே உள்ளே சென்று தன் வலக்கை சிட்டிகையில் ஏதோ ஒரு பொடி கொண்டு வந்தார். குகையினுள் போட்டார். "சுய்" என்ற ஓசை. எடுத்துக் கீழே தட்டுங்களென்ருர். தட்டினேன். தங்கக் கட்டி!

இதேதோ மாயாசால வித்தையென்றேன். அவருக்குக் கோபம் வந்ததாக இல்லை. புன்னகை புரிந்தார். என்னிடம் ஒரு குன்றி எடை அந்த பற்பத்தைக் கொடுத்தார். நீரே, வேண்டிய சமயம் செய்து பாருமென்ருர். அப்படியே அதை 20 நாட்கள் வைத்திருந்தேன். ஏன்? அப்பெரியார் ஊருக்குப் போகவேண்டுமென்று பயம். அவர் மந்திரம் செபித்து விட்டால் என்னசெய்வதென்று. அவரும் சென்னையை விட்டுச் சென்ருர். பாதரசத்தை அடுப்பிலேற்றினேன். பற்பத்தைக் குகையிலிட்டேன். உடனே தங்கக்கட்டி. ஆசாரியிடம் கொண்டு போனேன். 30-காரட் தங்கமென்ருர். அன்றே எனக்குத் தங்கத்தின் மேலுள்ள ஆசை மறைந்தது. அது ஏனோ; எனக்குத் தெரியாது. அப்பெரியார் இன்றும் உயிருடன் உள்ளார். ஆனால் அவரை அந்த உயிர்க்கொல்லி வித்தையைக் கற்றுத் தரும்படி கேட்டதில்லை. கேட்டால் கிடைக்கும். ஆனால் விருப்பமில்லையே!

இந்த நிகழ்ச்சி முக்கியமானது அன்று. இதனால் நான் அடைந்த மாறுபாடே சிறந்தது. சித்தர்களுடைய மொழிகள் மெய்ப்பொருள்களென நம்பினேன். நரை, திரை, மூப்பு மாறி என்றும் இளமையோடு இருக்கலாம். மரணமிலாப் பெருவாழ்வு வாழலாமென்னும் சித்தர் மொழியில் என் மனம் இரவு பகலாய் ஒன்றியது. சாதுக்கள் பலரைத் தரிசிக்க வாய்ப்பு உண்டாயிற்று. அவர்களுள் சிலர் சித்து

புருஷர்கள். சிலர் உடலைப் பிணமாக விட்டனர். அதில் ஒருவர் சாலையில் நடந்துகொண்டே சொல்லிவிட்டுக் கரூரில் நடுத்தெருவில் கிடந்து சவமாகக் காணப்பட்டார். அவருடன் சிலமாதங்கள் பழகினேன். அவருடைய சித்துக்கள், சாலை வித்தைகள் போன்றன அல்ல. அவைகளைச் சொல்ல ஏடுகள் போதா. அது இருக்கட்டும். நால்வர், 63 நாயன்மார்கள், ஆண்டாள், இராமலிங்க வள்ளல் முதலிய அருட் பெரியார்கள் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு அடைந்த மார்க்கம் என்னே என்று அறிய ஆர்வம் மிகுந்தது.

மருந்து, ரசவாதம் முதலியவற்றின் உண்மையை யறிந்தபின், சித்தர்கள் சத்தியம் செய்து கூறும் மரண மிலாப் பெருவாழ்வின் நிலையைக் காண என் உள்ளம் மிக விழைந்தது. இவ்வாழ்வு முற்றிலும் உண்மையென்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை யென்பது தெரிந்தது. பல நூல்களை ஆராய்ச்சி செய்தேன். ஒரு சாது தத்துவ மசியின்பொருளைத் தொட்டுக் காட்டினர். உண்மை விளங்கிற்று. ஆயினும் அனுபவத்திற்கு அது கிட்டவில்லை. ஆனால் பித்துலகில் இத்தனைக்காலம் வாழ்ந்தேனே என்னும் அறிவு கிட்டிற்று. மனிதப் பிறவியின் பயனைத் தருவது மரணமிலாப் பெரு வாழ்வேயென்பதை மக்களெல்லாம் அறிந்து, அதைப் பெறுவதற்கு வகுத்த வழிகளை உணர்தல் வேண்டும். இது சித்தர் கொள்கை. அச் சித்தர்களின் நெறியிலேயே இந்நூலை அமைக்க முயன்றேன். அம்முயற்சி உருவாகியது.

குறிப்பு: மருத்துவம் அறியாதவர்களும், தங்களுக்கு அவ்வப்போது உண்டாகும் சிறு பிணிகளை நீக்கிக்கொள்ளும் வகையில், இச் சிறு புத்தகத்தில் எளிய முறைகளாக அமைக்கப்பட்டுள்ளன. பலமுறைகள் ஆசிரியர் அனுபவித்து பலன் கண்டவை.

ஆசிரியர்

சித்தர் கைகண்ட மருந்து

பொருளடக்கம்

சித்தர் கைகண்ட மருந்து

சித்தர் கைகண்ட மருந்து

தலை

தலை என்னும் உறுப்பைப் பற்றி "சித்தர் மெய்ப் பொருள்" என்னும் நூலில் நன்கு விளங்கும்படி வெகு விரிவாய் சொல்லியுள்ளோம். 'தலையிலிருக்கிறது மூலம்" தன்னையறிய வேண்டின் தலைவனையறிய வேண்டுமென்பர் பெரியோர். அந்த தலைவன் தலையில்தானுள்ளார். இந்த தலையை வெகு சாக்கிரதையாகப் பாதுகாக்க வேண்டும். அதற்குப் பழுது நேர்ந்தால் உயிர் போய்விடும். நம் உடலின் ஆரோக்கியத்திற்கு தலை மிக்க பொருப்புள்ளதாயிருக்கிறது. பலவித வியாதிகளுக்கு தலை உச்சியில் அக்காலத்திய மருத்துவர்கள் மருத்துவம் செய்வதுண்டு. தலையில்லா முண்டமென்றும் அவன் தலையில் ஒன்றுமில்லையென்றும் சொல்வதை நாம் கேட்டதுண்டு. நம் தலையில்தான் நம்மை இயக்கும் அதிகாரியுள்ளார். கால் கைகள் துண்டு துண்டாய்த் தெரித்துவிட்டாலும் உயிர் போகாது. ஆனால் கபாலத்தில் சிறிது பழுது நேர்ந்தாலும் உயிர் போய்விடும். அறுவை சிகிச்சையில் தேர்ந்த மேதாவிகள்கூட இதற்கு ஒன்றும் செய்ய முடியாது. திருநெல்வேலி மாவட்ட மக்கள் இறந்து விட்டானென்பதற்கு மண்டையைப் போட்டு விட்டானென்பர். மண்டையில்தான் உயிர் உள்ளதென்பதற்கு இது ஒரு சான்று.

தலை கிறு கிறுப்பு

தலைச் சுற்றல் என்று சிலர் சொல்வர். ஆங்கில மருத்துவர்கள் இதற்கு "பிளட் பிரஷர்" (Blood Pressure) என்று சொல்வர். பித்தம் அதிகரித்தால் உஷ்ணம் அதிகரிக்கும். உஷ்ணம் அதிகரித்தால்

இரத்தக் கொதிப்பு உண்டாகும். கொதிப்பினால் உடலில் ரத்தம் வேகமாக ஓடும். அதனால் தலையில் இரத்தம் ஏறி கிறு கிறுப்பு தோன்றும். இதற்கு ஆங்கில மருத்துவர்கள் பிரதி தினமும் மாத்திரையை விழுங்கச் செய்வர். அதனால் ஓயாது மருந்து தின்னும் பழக்கம் உண்டாகி விடும். பித்தம் அதிகமாகும் காலத்தில் வாய் கசப்பு, வாய் குமட்டல், வாந்தி, மயக்கம், காமாலை முதலியன உண்டாகும். மார்பில் அழுத்தம், கைகளில் வலி உண்டாகும்.

இதற்கு மருந்து

''வாந்தியாகுது பாட்டி'' யென்றவுடன் ''இஞ்சி தட்டி சாப்பிடப்பா'' என்பர் நம்மை வளர்த்த பாட்டி.

இஞ்சி சாறெடுத்து தேன் அளவுடன் கூட்டி காலையில் வெறும் வயிற்றில் பிரதி தினமும் 48-நாட்களுக்கு சாப்பிட்டுப் பாருங்கள். ஷை சாறுடன் எலுமிச்சம்பழ ரசத்தையும் கூட்டிக்கொள்ளலாம். ஒரு பலம் சீரகத்தை ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயிலிட்டு சீரகம் கருப்பு நிறமாகும் வரையில் காய்ச்சி இறக்கி வைத்துக்கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை தலைக்குத் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்கவும். எண்ணெய் தேய்த்துக் கொண்ட அன்று மோர் உபயோகிக்கக்கூடாது. மற்ற நாட்களில் மோர் வேண்டிய அளவு உபயோகித்தல் நலம். இதனால் பித்தம் சாந்தியாகும். காய்ச்சி சாப்பிடும் வெந்நீரில்கூட ஒரு சிட்டிகை சீரகத்தை போட்டு நன்றாக கொதி வந்தபின் அந்த நீரை உணவு சாப்பிடும்போதும் மற்ற நேரங்களிலும் சாப்பிடுதல் நல்லது.

இஞ்சிச் சாறெடுக்கும் முறை :—தோல் சீவிய இஞ்சி ஒரு அங்குலம் எடுத்து அம்மியில் அரைத்து 3-அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கலக்கி ½-மணி நேரம் தெளிய வைத்து மேலோடு தண்ணீரை வடித்து எடுக்கவும். இதனுடன் தேன் கூட்டி சாப்பிடவும்.

மற்றொரு முறை

அகத்தை சீர்படுத்தக்கூடியது சீரகம் [சீர் + அகம்]. கிடைத்தால் வெள்ளைத் தாமரைப் பூ; இல்லையேல் சிவப்பு தாமரைப் பூ பச்சையாக கிடைத்தால் நல்லது. இல்லாவிடில் ஷை இதழ்களை நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். அதைத் துணுக்குகளாக்கிக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டியளவும் சீரகம் அல்லது கடையில் விற்கும் சதகுப்பை இரண்டு சிட்டிகைகளும் சேர்த்து பாத்திரத்திலிட்டு இரண்டு கோப்பைகள் தண்ணீர் ஊற்றி பனைவெல்லம் அளவுடன் கூட்டிக் காய்ச்சி ஒரு கோப்பையாக வற்ற வைத்து வடித்து 2, 3-மாதங்கள் சாப்பிட இரத்தக் கொதிப்பு, தலை சுற்றல் முதலியன குடிவிட்டோடும்.

மற்றொரு முறை (ஏலாதி சூர்ணம்)

1.	ஏலரிசி	பங்கு	1
2.	தோல் நீக்கிய சுக்கு	''	2
3.	திப்பிலி	''	3
4.	அதிமதுரம்	''	4

இதற்கு மொத்த எடைக்கு சமன் நாட்டு சர்க்கரை சேர்த்து கலக்கி வைத்துக்கொண்டு காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டியளவு வாயிலிட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும்.

தீரும் வியாதிகள் :

பித்தம், கிறுகிறுப்பு, வாய் கசப்பு முதலியன ஒரு மாதத்தில் குணமாகும். ரத்தக் கொதிப்பிற்கு சர்ப்பகந்தி சூரணமும் கொடுத்து பலன் கண்டது.

வைத்தியர்கள் செய்யக்கூடிய முறை :

காலை மாலை சிருங்கி பற்பம் திரிகடி அளவு—நெய்யில் கொடுக்கவும். இரவு படுக்கும் சமயம் திரிபலா ஒரு தேக்கரண்டி வெந்நீரில் கொடுக்க 48-நாட்களில் இரத்தக் கொதிப்பு குணமாகும்.

பைத்தியம் Insanity

பித்தம் அதிகரித்தால் பைத்தியம். திடீரென துக்கமான செய்திகள், குடும்ப துயரங்கள் முதலியவைகளால் சிலர் மதிமிழந்துவிடுவர். இது முக்கியமாக மனநோயாகவே கருதவேண்டும்.

இதற்கு மருந்து

பேய் பீர்க்கண் விதைகள் 20 எடுத்து பழைய சாதத் தண்ணீரில் ஊறவைத்து மேல்தோலை நீக்கிவிட்டு அந் நீரையே விட்டரைத்து ஒரு கோப்பை பழைய சாத நீரிலேயே கலக்கி உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். வாந்தியும் பேதியுமாகும். பயப்பட வேண்டாம். மறுநாளே பாதி அளவு பைத்தியம் குணப்பட்டுவிடும். எலுமிச்சம் பழரசத்தை உச்சித் தலையில் தேய்த்து பச்சைத் தண்ணீர் 10-குடங்கள் தலையில் 15-நாட்களுக்கு ஊற்றவும்.

15-நாட்கள் கழித்து மறுபடியும் ஒரு முறை பேய் பீர்க்கண் விதைகளை முன் முறைப்படி கொடுக்க பூரண குணம் காணலாம். பேய் பீர்க்கு கிடைக்காதவர்கள் வீட்டு பீர்க்கண் விதைகளைக் கொடுக்கலாம். ஆனால் குணம் தாமதமாகும்.

மற்றொன்று

குளத்து ஆமை ஓட்டிற்கு நிலவாகை இலையை அரைத்து கவசம் செய்து 50-விறட்டியில் புடமிட பற்பம். இந்தப் பற்பத்தில் 5-குன்றியளவு நெய்யில் கொடுத்து தலையில் எலுமிச்சம் பழரசம் தேய்த்து பச்சைத் தண்ணீர் அதிகாலையில் 10-குடங்கள் ஊற்றிவர 20-நாட்களில் குணமாகும்.

ஒற்றைத் தலைவலி

ஆரம்பக் கட்டத்தில் எப்போதாவது வரும். அதன் பிறகு அடிக்கடி வரும். வாய் குமட்டும். சிலருக்கு வாந்தியாகும். கன்னத்தில் நரம்பு துடிக்கும். இதற்கு

பித்தத்தை சாந்தி பண்ணும் மருந்துகளைக் கொடுப்பது நல்லது.

வெற்றிலை, நல்வேளை இலை, அறுகம்புல்—இம்மூன்றையும் ஒரு கைப்பிடியளவு எடுத்து சேர்த்துக் கசக்கி பிழிந்த சாற்றை எந்தப் பக்கம் தலைவலியுள்ளதோ அதற்கு எதிர்ப்பக்கம் காதில் விடவும். இப்படி 3-நாட்கள் செய்ய ஒற்றைத் தலைவலி குணமாகும்.

மற்றொன்று

நல்வேளை இலையும் கொஞ்சம் உப்பும் சேர்த்து கசக்கிப் பிழிந்து மேற்சொன்னது போலவே எதிர்ப் பக்கம் காதில்விட தலைவலி குணமாகும்.

குறிப்பு : இந்நோயுள்ளவர்கள் மலச்சிக்கலில்லாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தலை முடி உதிருவதற்கு

மருதாணி இலைகளைப் பறித்து பசுவின்பால் தெளித்து இடித்து பிழிந்த சார் ஒரு லிட்டர், தேங்காய் எண்ணெய் ஒரு லிட்டர் சேர்த்து நெய் காய்ச்சும் பதத்தில் காய்ச்சி இறக்குவதற்கு முன் நாட்டு மருந்துக் கடையில் விற்கும் கிச்சிலிக் கிழங்கு 10-கிழங்கு, அதிமதுரம் 10கிராம் பசுவின் பாலில் அரைத்து எண்ணெயில் போட்டு இறக்கி ஆறிய பிறகு வடித்துப் புட்டியில் அடைக்கவும் இதைப் பிரதி தினமும் தலையில் தடவிவர முடி உதிரல் நின்றுவிடும். ஆண்களும் பெண்களும் உபயோகிக்கலாம். தலைமுடி வளர தைலம் என்ற தலைப்பில் உள்ள தைலம் தடவ நல்ல பயனைத்தரும்.

தலையில் முடி உதிர்ந்து சொட்டையாவதற்கு

வெள்ளைப் பூண்டுப் பற்களைத் தேனில் உரைத்து சொட்டைகளில் 10, 20 நாட்கள் தேய்த்துவர முடி வளரும். 10 நிமிடங்கள் விடாது விரலினால் லேசாக தேய்ப்பது நல்லது.

மற்றொன்று

வெட்டிய வெங்காயத்தை சொட்டையில் சாறு இறங்கும்படி 10-நாட்கள் தேய்க்க முடி வளரும்.

மற்றொன்று

பன்றி நெய் ஒரு பங்கு, தேங்காய் எண்ணெ இரண்டு பங்கு, சேர்த்து காய்ச்சி சொட்டைகளில் தேய்க்க முடி வளரும்.

மற்றொன்று

தலையில் பொடுதக்கு

இது பலருக்கு வருவது உண்டு. மண்டையில் சொறி போலிருக்கும். சொரிந்தால் வெள்ளை வெள்ளையாய் பக்குகள்வரும். முடிகளின்பேரில் கூடத்தெரியும். இது எந்தவித தைலத்துக்கும் போகாது.

இதற்கு மருந்து

பொடுதலை என்னும் ஒரு மூலிகை உள்ளது. பொடு தலை என்னும் பெயரே அதன் குணத்தைக் குறிக்கும். இதைக் கொண்டு வந்து அலம்பி பசும்பால் வேண்டிய அளவு விட்டு சாறு பிழிந்து அந்த சாறு ஒரு லிட்டர், தேங்காய் எண்ணெய் ஒரு லிட்டர் கலந்து சிறு நெருப்பில் காய்ச்சி தைல பதத்தில் இறக்கும் சமயம் நாட்டு மருந்து கடையில் கிடைக்கும் கிச்சிலிக்கிழங்கு 20-கிராம் வாங்கி பொடித்து, அந்தப் பொடியை எண்ணெயிலிட்டு இறக்கி பச்சைக் கற்பூரம் 2-கிராம் நுணுக்கி அதில் தூவிவிடவும். இந்த எண்ணெயைத் தாராளமாய் தலையில் பிரதிதினமும் தலைசீவ உபயோகித்து வந்தால் வெகு விரைவில் பொடுகு நீங்கிவிடும்.

மற்றொன்று

ஷை தைல முறையில் குறிப்பிட்ட தேங்காய் எண்ணெய்க்கு பதில் நல்லெண்ணெய் சேர்த்துக் காய்ச்சி

வாரம் இருமுறை தலை குளிக்கச் செய்யவும். இதுவும் நல்லது. அதே பொடுதலையை பச்சையாய் எடுத்து நெய்யில் வறுத்த சீரகத்தை சேர்த்து அரைத்து கல்பத்தை தலையில் தேய்த்து 1-மணி நேரம் இருக்கச் செய்து குளிக்கவும், பொடுகு குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

இது எளிமையான முறை. வெங்காயம் 100-கிராம் நறுக்கி 1-லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயிலிட்டு காய்ச்சவும். வெங்காயம் எண்ணெயில் மிதந்து வரும் சமயம் இறக்கி ஆறிய பிறகு புட்டியில் அடைக்கவும். இதை முடி சீவ பிரதிதினமும் உபயோகித்து வரவும், வாரம் 2-முறை சிகைக்காய் போட்டு வென்னீரில் அல்லது பச்சைத் தண்ணீரில் தலைக் குளி செய்யவும்.

நரை வராமல் தடுக்க

பஞ்ச கல்பம்

இந்தக் கல்பம் சித்தர்களால் புகழப்பட்டது. இதை உபயோகித்தால் முடி தும்பி போலாகும். கண்கள் ஒளி பெறும். பகலில்கூட நட்சத்திரங்கள் காணலாமென்று புகழ்ந்துள்ளனர் இதை உபயோகித்து சரும வியாதிகளும் குணப்பட்டதுண்டு. பீனசத்திற்கு குணம் கண்டதுண்டு. மேக வியாதிகள் பல குணமாகுமென்று சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். அனுபவத்திலும் இது உண்மை. இது உள்ளுக்குச் சாப்பிடுவதன்று.

பஞ்சகல்பம் செய்முறை

1.	நெல்லி வற்றல்	1½ பங்கு
2.	வெள்ளை மிளகு	1¼ ,,
3.	கடுக்காய்	1 ,,
4.	கஸ்தூரி மஞ்சள்	¾ ,,
5.	வேப்பன் வித்து	½ ,,

மேற்கண்ட சரக்குகளைத் தனித்தனியாய் பொடித்து சன்னமாய் சலித்து அதன் பிறகு அதனதன் அளவுப்படி கூட்டி புட்டியில் அடைக்கவும்.

உபயோகம்

வாரத்திற்கு இருமுறை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து அரை சைனுக்கோப்பைப் பசுவின்பால் விட்டுக் காய்ச்சி கொதி வந்ததும் எடுத்து இளஞ்சூட்டுடன் தலையில் தேய்த்துக் கொள்ளவும். சொறி சிரங்கு இருப்பவர்கள் சூர்ணத்தையும் பாலையுங்கூட்டி உடம்பெல்லாம் தேய்க்கலாம். இப்படிச் செய்வதனால் கண்களில் வரும் பிணிகள், மூக்கினுண்டாகும் பீனசங்கள், காதில் அடைப்பு முதலிய வியாதிகள் நீங்கி உடல் வன்மை பெறும். நல்லெண்ணெய் தலையில் தேய்ப்பதனால் சிலருக்கு சருமரோகங்கள் அதிகமாகக்கூடும். புரியாத சிலவியாதிகள் தோன்றும். அப்படிப் பட்டவர்களுக்கு இந்த பஞ்சகல்பம் ஒரு வரப்பிரசாதம்.

தலைமுடி வளர தைலம்

1. வெந்தயம் ...... ஆழாக்கு 1
2. தேங்காய் பால் 8
3. கடுக்காய் சூர்ணம் ...... பலம் 1
4. நெல்லி முள்ளி சூர்ணம் ...... " 1
5. தானிக்காய் சூர்ணம் ...... " 1
6. கற்றாழை மடல்கள் (குமரி) 3

செய்முறை : வெந்தயத்தை குமரிச்சாற்றிலரைத்து தேங்காய் பாலில் கலக்கி கடுக்காய், நெல்லி முள்ளி, தானிக்காய் சூரணங்களையும் கலக்கி பசும்பால் உழக்கு விட்டு ஒரே சாதி விறகால் எறித்து பதத்தில் இறக்கி இச்சிலிக்கிழங்கு 2-பலம் பொடிசெய்து போட்டு இறக்கி ஒரு சிட்டிகை பச்சை கற்பூரம் சேர்த்து ஆறிய பிறகு வடிகட்டி வைக்கவும். தலையில் தடவி முடி சீவிவரவும். முடி வளரும். முடி உதிர்வதும் குணமாகும்.

தலைகனம்

தலைகனத்தால் சுரம் வரும். விஷநீர் தலைக்கேறுவதால் இவ்வியாதி உண்டாகும். பல நாட்கள்வரை கூட இக்கனம் நீடிக்கும். தலைகனம் குறையும்வரை சுரம் குறையாது. உள்ளுக்கு சாப்பிடும் மருந்துகளினால் இக் கனத்தை உடனடியாகக் குணப்படுத்த முடியாது.

இதற்கு மருந்து

மிளகு ஒன்றை எடுத்து அதன்மேலுள்ள தோலினை நீக்கி சந்தனக்கல்லில் தாய்ப்பால் 4,5-சொட்டுகள் விட்டு பாதி அளவுக்கு மிளகை தேய்த்து வழித்து ஒரு சங்கில் விட்டு மற்றும் கொஞ்சம் பால்விட்டுக் கலக்கி கண்களில் 2, 3-சொட்டுகள்விட ஒரே மணி நேரத்தில் தலைகனம் குறையும். இது ஓர் ஆச்சர்யமான முறை. தலைகனத்து ஒரும் சுரங்களுக்கு இம்மருந்து ஓர் சஞ்சீவி. தலைகனம் குறைந்ததும் சுரமும் உடனடியாகக் குறைய ஆரம்பித்து விடும்.

கழுத்துப் பிடரி வலிக்கு

அமுக்கிராக்கிழங்கை பூநீர் ஜலத்தில் குழைத்து கொதிப்பித்து பிடரியில் பற்று போடவும். பூநீர் கிடைக்காதவர்கள் சுண்ணாம்பு தண்ணீரை உபயோகப் படுத்தலாம். ஆடாதோடை இலைகளை நறுக்கி தேங்காய்த் திருவல் கலந்து வதக்கி பிடரியில் ஒத்தடம் கொடுக்கலாம்.

கண்

கண்கள் மங்கினால் உடல் மங்கிவிடும். "கண்ணும் காலும் சரியாயிருந்தால் போதும்" என்ற பெரியோர்கள் சொல்வதுண்டு. கண்களைப் பாதுகாப்பதில் எல்லோரும் கருத்துச் செலுத்தவேண்டுமென்பதை யாரும் மறுக்க முடியாது.

முக்கியமாக இரவில் அதிகநேரம் படிப்பதனால் கண்களில் ஒளி சீக்கிரத்தில் மங்கிப்போகும். உடலில் எந்த உறுப்புக்கு அளவுக்கு மிஞ்சிய வேலை தருகிறோமோ அந்த அளவுக்கு அவ்வுறுப்பு விரைவில் பழுதடையும்.

கண்களைப் பாதுகாக்கும் வழி

பிரதி தினமும் நாம் காலையில் பற்களைச் சுத்தப்படுத்துகிறோம். அப்படியே நம் கண்களையும் சுத்தப்படுத்தவேண்டும். பச்சைத் தண்ணீரை கையிலேந்தி கண்களைத் திறந்துகொண்டு பளீர் பளீர் என 10 தடவைகள் கண்களில் தண்ணீரினால் அடித்தல் வேண்டும். மாலையில் இதே போல் செய்து வருதல் வேண்டும். இப்படிச் செய்பவர்களுக்கு விருத்தாப்பிய காலத்திலும் கண் ஒளி மங்காது. கண்ணை மூடிய நிலையிலேயும் தண்ணீரால் மேற்சொன்னபடி செய்யலாம் கண்களும் தண்ணீரில் குளிக்க விரும்புகின்றன.

கண்ணாடியில் படும் சூரிய கிரணங்களின் பிரதி ஒளியோ, அல்லது பளபளப்பான வெள்ளை உலோகங்களின் பிரதி ஒளியோ, மோட்டார் வாகனங்களின் விளக்கு ஒளியோ கண்களில் படுவதால் கண்கள் அதிசீக்கிரத்தில் பழுதடையும். டீசல் புகை, கெரோசின் புகை முதலியனவும் கண்களில் படுதல் கூடாது. சினிமா கண்களின் சத்துரு. அறிவுடையோர் இதைக் குறிப்பாக கவனிக்கத் தக்கது.

கண்களுக்கு மை

இந்த மை பெண்களுடைய கண்களுக்கு ஓர் அழகு படுத்தும் பொருள் மாத்திரமல்ல. கண்களில் உண்டாகும் 96-வியாதிகளையும் வராமல் தடுக்கும் ஓர் அரு மருந்து. இந்த மையை ஆண்களும்கூட இரவு காலங்களில் தீட்டிக் கொள்ளுதல் நல்லது. ஆனால் ஒன்று மாத்திரம் கவனிக்கவேண்டும். கடைகளில் விற்கும் மைகளை

வாங்கி கண்கள் தீட்டுவதால் கண்கள் வெகு விரைவில் பழுதடையும். நம் வீட்டிலேயே இந்த மையைத் தயார் செய்து கொள்வதே உத்தமம்.

மை தயார் செய்யும் முறை

கரிசலாங்கண்ணி செடிகளை இடித்து சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். ஒருசாண் அகலம் ஒரு சாண் நீளமாயுள்ள துணி துண்டுகள் நான்கு எடுத்துக்கொண்டு கரிசலாங்கண்ணி சாற்றில் முக்கி நிழலில் உலர்த்தவும். உலர்ந்த பிறகு மறுபடியும் ஷை சாற்றில் முக்கி உலர்த்தவும். மறுபடியும் திருப்பி திருப்பி ஏழு முறைகள் மொத்தத்தில் செய்யவும். ஓர் அகலமான மண்சட்டி புதியதாய் வாங்கி சோற்றுக்கற்றாழையின் சாற்றை அதனுள் தேய்த்து உலரவைக்கவும். மறுபடியும் ஷை சாற்றை தேய்த்து உலர்த்தவும். இப்படி 5-முறைகள் செய்யவும். பிறகு விளக்கெண்ணையை அகலில் ஊற்றி, அந்த அகலின் மேல் சோற்றுக்கற்றாழை தேய்த்து உலர்த்திய மண் சட்டியை கவிழ்த்து சிறு கற்கள்மேல் பொருந்தும்படி மூடிவிடவும். அதாவது விளக்கு அணையாதபடி லேசாக காற்று போகும் சாதனையை கையாள வேண்டும். காற்றாடாத இடத்தில் வைக்கவும். திரிகளை வைத்து ஏற்றிவிடவும். காலையில் பார்த்தால் மேல் பாத்திரத்தில் கரி பிடித்திருக்கும். அதை பக்குவமாகச் சுரண்டி எடுத்து வெள்ளி அல்லது தாம்பிர டப்பியில்விட்டு கொஞ்சம் விளக்கெண்ணெய் விட்டு மெழுகுபோல் குழப்பி வைக்கவும். இது அருமையான கண் மை.

அந்தி மாலைக்கண்

சிலருக்கு மாலை நெருங்க நெருங்க பார்வை மங்கலாகி கண்கள் தெரியாது. இதற்கு நீலி அல்லது வண்ணான் அவுரி என்னும் மூலிகையின் (Indigo) இலைகளுடன் சீரகம் கொஞ்சம் சேர்ந்து அரைத்துக் காலையில்

ஒரு பொழுது நெல்லிக்காய் அளவு உள்ளுக்குக் கொடுத்து பகலின்பால் சாப்பிடச்செய்யவும். இவ்விதம் 3-நாட்களுக்குக் கொடுக்க மாலைக்கண் குணமாகும்.

பத்தியம்

மருந்து சாப்பிடுங்காலத்தில் உப்பு சேர்க்கக் கூடாது. பால் சாதம் சர்க்கரையுடன், அல்லது உப்பில்லாத மோர் சாதம் சாப்பிடவேண்டும். அதன்பின் மூன்று நாட்களுக்கு உப்பை வறுத்து கூட்டிக்கொள்ளவும். ஆனால் புளி கூடாது.

மற்றொரு முறை

ஆண்களுக்கு பெட்டைக் கோழியின் பித்தை வாழைப் பழத்தில் வைத்து ஒரு நாள் கொடுக்கவும்.

பெண்களுக்கு சேவல் கோழியின் பித்தை வாழைப் பழத்தில் வைத்து ஒரு நாளைக்குக் கொடுக்கவும்.

பத்தியம்

மருந்து சாப்பிட்ட அன்று உப்பில்லாப் பத்தியம் பால் சாதம் சர்க்கரை கூட்டி சாப்பிடலாம் உப்பில்லாமல் தயிர் சாதம், மோர் சாதம் சாப்பிடலாம்.

மற்றொரு முறை

புளிச்சக்கீரை ஒருகைப்பிடி எடுத்து மிளகாய் இரண்டொன்று போட்டு வேகவைத்துக் கடைந்து சாதத்துடன் கலந்து ஒரு தேக்கரண்டி நல்லெண்ணெய் கூட்டி மூன்று நாட்களுக்கு ஒரு வேளை விதம் காலை மாலை சாப்பிடவும். மாலைக்கண் குணமாகும். இது பலருக்கு கொடுத்து கைகண்டது.

பத்தியம்

மருந்து சாப்பிட்ட அன்று உப்பு உபயோகிக்கக் கூடாது.

கண் நோய்

இது சாதாரணமாய் சிறுவர்களுக்கு வருவதுண்டு. பெரியவர்களையும் தாக்குவதுண்டு. இந்த நோய் வருமுன் கண்கள் கரகரவென்று மணல் கண்ணில் கொட்டியது போல் அரிக்கும் கண்கள் சிவப்பு நிறமுடையும். இரவில் படுத்து எழுந்திருக்கும்போது கண்களில் ஊளைக் கட்டி, கண்களைத் திறக்க முடியாமல் ரப்பைகள் ஒட்டிக் கொள்ளும்.

இதற்கு மருந்து

நாட்டு மருந்துக் கடையில் கிடைக்கும் படிகாரம் 50-கிராம் வாங்கி தூள் செய்து புது மண்பாண்டத்தி விட்டு சூடு செய்து வெண்மையாகப் பூர்க்கும் வரையில் வைத்து பிறகு எடுத்துக் தூள் செய்து அரை லிட்டர் தண்ணீரில் கலக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும். கண்களில் இந்தப் படிகார நீரை 4, 5, - துளிகள் காலை மாலை இரு வேளைகள் கண்களில் விட 3-நாட்களில் கண் நோய் நீங்கும். உடனடியாக உபயோகிக்க வேண்டிய அவசியம் ஏற்பட்டால் பொரிக்காமலேயே படிகாரத்தை அப்படியே தண்ணீரில் கலக்கி வடிகட்டி உபயோகப் படுத்தலாம். கண்களில் அடி, குத்து, கண்களில் சீழ், ரத்தம் வருதல் முதலியவைகளுக்கு இந்தப் படிகார நீர் பயனளிக்கும். இத்துடன் சுத்தமான அசல் பன்னீரையும் கலந்து உபயோகிக்கலாம்.

படிகாரத்தை பொரிக்காமலேயே தண்ணீரில் கலக்கி கண்களில் ஊற்றி டி வியாதிகள் குணமடைந்தது ஆசிரியர் அனுபவம்.

கண் படலத்துக்கு (Cataract)

இந்த கண்படலம் ஆரம்பித்ததும் கண்களின் ஒளி மங்கும். சாதாரணமாய் இவ்வியாதி 50-வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு வருவதுண்டு. ஆனால் இக்காலத்தில்

சிறுவர்களுக்கும்கூட இந்நோய் தாக்கப்படுகிறது. காரணம், அவர்கள் தாய் தந்தையர்கள் உட்கொண்ட ஆன்டிபையோடிக்ஸ் (Antibiotics) என்னும் விஷமருந்துகளும், பெனிஸிலின் முதலிய விஷஊசிகளும் போட்டுக் கொண்டதின் பலன்தான். குழந்தைகளுக்கும்கூட மேற்படி மருந்துகள் கொடுக்கப்பட்டு பல குழந்தைகள் உயிருள்ள பிணங்களாகி விடுகின்றனர்.

இதற்கு மருந்து

நேத்திரமூலித் தைலம்

இந்தத் தைலம் மிகவும் உயர்ந்தது. நேத்திர மூலி என்பது தரையில் படரும் ஒரு திவ்ய மூலிகை. இதற்கு 'நாவிலைக் குருந்து' என்றும் சொல்வர். இதன் பூ நல்ல பாம்பு படம் வளைந்து இருப்பது போலிருக்கும். பூவின் நிறம் வெண்மை. இலைகள் சுரசுரப்பாயிருக்கும். ஒடித்தால் ஒடியும். மென்றால் குழகுழப்பாயிருக்கும். ஒவ்வொரு கணுவுக்கும் நான்கு இலைகளிருக்கும். நம் தோட்டங்களில் பயிர் செய்யக்கூடியது.

இம்மூலிகையின் இலைகளைப் பறித்து தண்ணீரில் அலம்பி துணியால் ஈரத்தை எடுத்துவிட்டு சன்னமாய் நறுக்கிக்கொண்டு, ஒரு கண்ணாடித் தட்டு அல்லது பீங்கான் தட்டில்விட்டு மூலிகை மூழ்கும் அளவுக்கு சுத்தமான நல்லெண்ணெய் ஊற்றி வெய்யிலில் ஒரு வாரம் அல்லது பத்து நாட்கள் வைக்கவும். இதற்கு சூரியபுடமென்பர்.

வறண்ட நாட்களில் மூலிகை எடுத்து செய்தால் எண்ணெய் ஒருவித சாக்லெட் கலரில் இருக்கும். மற்ற நாட்களில் பச்சை நிறமாயிருக்கும். சூரியபுடம் முடிந்தபின் வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும்.

கண்ணாடி அல்லது பீங்கான் தட்டுக்குப் பதிலாக வேறு உலோகங்கள் கலப்பில்லாத சுத்தமான செப்புத் தட்டில் மேற்படி பாகம் செய்வதே சிறந்த முறை.

அப்படிச் செய்யும் எண்ணெய் கண்கள் படலத்தையும் (Cataract) நீக்கும்.

உபயோகம்

இந்த எண்ணெயைக் கண்கள் ஒவ்வொன்றிலும் 2, 3 சொட்டுகள் காலை மாலை இரு வேளைகள் போட்டுவர ஆரம்ப கண் படலம் குணமாகும். கண்ணில் உண்டாகும் 96-வியாதிகளும் குணமாகுமென்று பெரியோர்கள் சொல்கின்றனர். கண்படலம் வந்த பிறகுதான் போட வேண்டுமென்பதில்லை. எல்லா வயதினரும் உபயோகிக்கக் கூடியது. கண்படலம் வராமல் தடுக்கும்.

அதுவுமின்றி மூக்கில் பீனசம் உடையவர்களுக்கும் கண்ணிலும் மூக்கிலும் பிரதிதினமும் மேற்படி தைலத்தைப் போட்டுவர மிக்க குணத்தை தரும்.

கண்களில் குத்தல், சீழ் முதலியவைகளுக்கு

இவ்வியாதி வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கு வரக்கூடிய பிணிகளில் ஒன்று. வலியைக் குறைக்க முடியாவிடில் ஆங்கில முறையைக் கையாளும் நமது மருத்துவர்கள் கண்ணையே துளைத்து எடுத்துவிடுவார்கள். இதற்குக் கீழ்க்கண்ட மருந்தை உபயோகித்துப் பயனடையலாம்.

மருந்து

1. துருசு ... கிராம் 12
2. பொரித்த படிகாரம் " 20

இரண்டையும் பொடி செய்து ஒரு லிட்டர் பன்னீரில் கலக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும். இதில் இரண்டு சொட்டுகள் வீதம் கண்களில் காலை மாலை விட்டால் 3-நாட்களில் புண்கள் ஆறி குத்தல் நின்றுவிடும்.

கண்ணில் சதை வளர்ந்தால்:

பேரீச்சம் பழத்தினுள்ளிருக்கும் கொட்டையை பன்னீரில் இழைத்து கண்ணுக்கு மைபோல் போடவும். தாய்ப்பாலில் இழைத்துப் போடுவது உத்தமம்.

கண்ணில் பூ விழுந்தால் :

மான் கொம்பும், பேரீச்சம் பழக்கொட்டையும் தாய்ப்பாலில் இழைத்து கண்ணுக்கு மை போலிடவும்.

மூக்கில் உண்டாகும் பிணிகள்; (பீனசம் முதலியன)

அநேகருக்கு மூக்கடைப்பு, மூக்கில் சதை வளர்தல் மூக்கில் துர்நாற்றமுடைய சளி முதலியன உண்டாவதுண்டு. இதனால் உடல் பலவீனமடையும். இந்த வியாதிகளுக்கு மேனாட்டு மருத்துவர்கள் மூக்கினுள் (Puncture) செய்வார்கள். அறுவை சிகிச்சை செய்வார்கள். இவ்விதம் அறுவை சிகிச்சை செய்துகொண்டபின் பலருக்கு ஆஸ்துமா நோய் தாக்கப்பட்டு வருந்துவதை பார்த்ததுண்டு.

கண்டத்திற்குமேல் தேவலோகமென்றும், கண்டத்திலிருந்து இடுப்பு வரையில் மானிட லோகமென்றும், இடுப்பிலிருந்து பாதம் வரையில் அசுரலோகமென்றும் சொல்வர். இந்த தேவலோகத்தை வெகு ஜாக்கிரதையாய் காப்பாற்றுதல் வேண்டும். கண்டத்திற்குமேல் அசுர சிகிச்சையான அறுவை சிகிச்சைகளைச் செய்வதற்கு முன், ஆயிரமாயிரம் முறைகள் யோசித்து செய்ய வேண்டும். பிராணன் இருக்கக்கூடிய இடம் கண்டத்திற்கு மேல். மேனாட்டு மருத்துவர்களுக்குப் பிராணன் எங்கிருக்கிறதென்பதே தெரியாது. மிகத் தேர்வு பெற்றதாகச் சொல்லும் அவர்கள் விஞ்ஞானம் இன்னும் அதை கண்டுபிடிக்கும் அளவுக்கு வரவில்லை.

பிராணன் உடலில் 10 (10-Vital parts) இடங்களிலுள்ளன. அவைகளில் தலையிலுள்ள இடமே மிக உயர்ந்தது. இந்த இடங்களைத் (Vital parts) தெரியாமல் அறுவை சிகிச்சையை மேனாட்டு மருத்துவர்கள் செய்து உயிரையே மாய்த்து விடுகின்றனர். பிறகு (Operation successful, Patient died) 'அபரேஷன் வெற்றிகரம், ஆனால் ஆள் வைகுண்டம், என்று சொல்லுகிறார்கள். இதுமாத்திரமா? மனிதன் இறந்துவிட்டானா இல்லையா என்று எப்படி நிர்ணயிப்பதென்று மேனாட்டு மருத்துவ மேதாவிகள் இன்றும் ஆராய்ந்துவருகின்றனர். இது நிலைமை.

ஆகவே கண்களில், மூக்கில், காதில், கண்டத்தில், தலையில் வரும் பிணிகளுக்கு அறுவை சிகிச்சை தவிர்க்கப்படவேண்டும். கண்டத்திற்குமேல் வரும் பிணிகளுக்கு தலை உச்சியில் தப்பளங்கள் முதலிய சாதனங்களை கையாண்டால் தக்க பலனைத் தரும்.

மூக்குப் பிணிகளுக்கு மருந்து

நசியம் : மாசக்காய் வேண்டிய அளவு வாங்கி ஒன்றிரண்டாய் உடைத்து நன்றாக உலர்த்தி, பிறகு தூள் செய்து கலுவத்தில் பட்டுப்போலரைத்து புட்டியில் அடைக்கவும். இதில் ஒரு சிட்டிகை மூக்குப்பொடி போடுவதுபோல் மூக்கில் இழுக்கவும். கொஞ்சநேரம் கழித்து தும்மல் வரும். மூக்கில், கண்களிலிருக்கும் கொடிய நீர்கள் வெளிவரும். இதை நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு முறையாவது மூக்கடைப்புப் போகிறவரையில் உபயோகிக்கவும்.

மற்றொரு முறை : (ஆக்கிராணப்பொடி)

1.	பீதரோகிணி சூர்ணம்	... 2 கிராம்
2.	பச்சைக் கற்பூரம்	... 2 "
3.	அரத்தை சூரணம்	... 2 "

4. வால்மிளகு சூரணம் ... 2 கிராம்
5. புலாங்கிழங்கு சூரணம் ... 2 „
6. அக்கரா சூரணம் ... 2 „
7. ஏலம் சூரணம் ... 2 „
8. நன்ருக வறுத்தெடுத்த துருசுப் பொடி ... 2 „
9. நெற்றியிலிடும் விபூதி ... 5 „

எல்லாவற்றையும் பட்டுப்போல் நுணுக்கி சீசாவில் வைத்துக்கொண்டு, வாரத்திற்கு மூன்றுமுறை மூக்கினுள் நசியமிடவும். தும்மல் அதிகமாய் வந்து மூக்கில், கண்ணில், கண்டத்திலிருந்து சளி வெளிப்படும். மேற் சொன்ன நேத்திர மூலித் தைலமும் உபயோகிக்கவும்.

வேப்பெண்ணெயை 2-துளிகள் மூக்கில் விட்டு சுவாசத்தை மேலே இழுக்கவும். இதனுல் மூக்கடைப்பு மூக்கில் வரும் துர்நாற்றம் தீரும். மேற்சொன்ன நேத்திர மூலித் தைலம் அடிக்கடி உபயோகித்தும் பயனைக் காணலாம்.

தலைக்குத் தப்பளம்

வில்வ இலை கைப்பிடி எடுத்து, மிளகு ஒரு தேக் கரண்டி சேர்த்து பசுவின்பால் விட்டரைத்து தலையின் உச்சியில் போட்டு ஒரு மணிநேரம் இருக்கச் செய்து பிறகு இளவெந்நீரில் குளிக்கவும்.

இந்த தப்பளத்தால் கண், காது, மூக்கிலுண்டாகும் பிணிகள் நீங்குவதல்லாமல் காமாலை, சோகை முதலிய பிணிகளும் நீங்கும். இது கைகண்டது.

நேத்திரமூலித் தைலத்தை வாரத்திற்கு இருமுறை தலைக்குத் தேய்த்துக் குளித்துவந்தால் நாசி, கண், காது, கண்டங்களில் உண்டாகும் எந்தப் பிணிகளும் வராது, வந்தாலும் இந்தத் தைலத்தால் குணமாகும். மூக்கிலும் இந்தத் தைலத்தை விடுவது நல்லது.

தலைக்கு தைலம் (பீனசம் நீங்கும்)

1. வெத்திலை சாறு... ... ½ லிட்டர்
2. இஞ்சி ரசம் ... ... ½ „
3. ஆகாசத் தாமரை சாறு ½ „
4. நல்லெண்ணெய் ... 1½ „

சேர்த்துக் காய்ச்சி தைலம் செய்து தலை முழுகவும், வாதநீர், பித்தநீர் முதலானது நீங்கும்.

மூக்கில் இரத்தம் வருவதற்கு மருந்து

வெள்ளாட்டுப்பால், தேன், சர்க்கரை இவைகளை மத்தித்து மூக்கினுள் விடவும் உடனே நிற்கும்.

மற்ருெரு முறை

பொரித்த படிகாரத்தை தண்ணீரில் கரைத்து மூக்கில் விடவும். உடனடியாக சிகிச்சை செய்யவேண்டிய நிலைமையேற்பட்டால் படிகாரத்தை அப்படியே பொடித்து தண்ணீரில் கலக்கி மூக்கில் விடலாம். வாயினுள் போகுமாஞல், உடனே வாயை கொப்பளித்து விடவேண்டும்.

காது

தலையில் துர்நீர் சேருவதால்தான் காதில் சீழ், குத்தல் முதலியன வருகின்றன. மேற்சொன்ன வில்வ இலை தப்பளம் போடவும். மேற்சொன்ன பஞ்சகல்ப ஸ்நானம் செய்துவரவும்.

காதுக்குள் வரும் சீழுக்கு மருந்துகள்

(1) பன்றி நெய் ஒரு பங்கு, தேங்காய் எண்ணெய் இரண்டு பங்கு, இரண்டையும் சேர்த்துப் பக்குவமாய்க் காய்ச்சி சீசாவில் அடைக்கவும். காதில் 2, 3-சொட்டுகள் விட்டுப் பஞ்சடைக்கவும். இப்படி 4, 5-நாட்கள் செய்ய வும். நிச்சயமாய் குணமாகும். கைகண்டது.

(2) படிகாரத்தைப் பசுவின் பால் விட்டு வெண்ணெய் போல் அரைத்து அடைபோல் தட்டி வெய்யிலில் உலர்த்தி பொடி செய்து வைக்கவும். இந்தப் பொடியை வெந்நீரில் கரைத்து காதில்விட சீழ், புண், புரைகள் நீங்கும்.

(3) ஊமத்தன் இலைச்சாறு + நல்லெண்ணெய் சம எடை சேர்த்துக் காய்ச்சிய தைலம் இதையும் காதில் விடலாம்.

(4) தேள்கொடுக்கு இலையுடன் உப்பு கொஞ்சம் கூட்டி கசக்கி காதினுள் விடவும் நல்ல பயனைத் தரும்.

(5) நல்வேளை இலைகளுடன் கொஞ்சம் சோற்றுப்பை சேர்த்துக் கசக்கி காதில் பிழிய காது குத்தல் நீங்கும்.

காதின் அடிப்பாகத்தில் கன்னத்தின் பக்கம் வரும் வீக்கத்திற்கு

இதற்கு எந்த மேனாட்டு மருந்துகளும் பயன்படாது. இந்த வீக்கம் வந்தால் பொறுக்க முடியாத வலி உண்டாகும். இந்த வியாதி யென்னவென்பது மேனாட்டு மருத்துவத்தில் இடம்பெறவில்லை. அவர்கள் இதை "Mumps" என்பர். ஆனால் அது அல்ல இவ்வீக்கம். புட்டாளம்மை அல்ல இது.

இதற்கு மருந்து

கருஞ்சீரகம் வேண்டிய அளவு எடுத்து வெற்றிலை இடித்து பிழிந்த சாறுவிட்டு ௸ கருஞ்சீரகத்தை வெண்ணெய்போல் அரைத்து வீக்கத்தின் மேல் தப்பளம் போடவும். இரண்டு மூன்று நாட்களில் வீக்கம் இருக்குமிடம் தெரியாது.

காதினுள் இரைச்சலுக்கு

வசம்பைச் சுட்டு ஒரு ஊது குழாயில் சொருகி மறு முனையில் வாய் வைத்து லேசாக ஊதி இந்தப் புகையை

காதில் போகும்படி செய்யவும். இப்படி 10-நாட்கள் செய்யவும்.

காது செவிடு

பத்து வருடத்திற்குட்பட்ட செவிடாய் இருந்தால் கீழ்கண்ட மருந்து பயனளிக்கும்.

மருந்து : பனைமரத்து அடிப்பட்டை (அதாவது சோறு போலிருக்கும்) எடுத்து இடித்து ½-லிட்டர் சாறெடுத்து பலதான்யங்கள் எத்தனையுள்ளதோ அவைகளில் எண்ணிக்கையில் ரெவ்விரண்டு அதில் போட்டு சீசாவி லடைத்து 10-நாட்கள் வெய்யிலில் வைக்கவும். புளித்து காடியாகும். அதைக் காதில் 3-சொட்டுகள் விதம் காலை மாலை 45-நாட்கள் விடவும்.

காதில் கட்டி (கன்ன வீக்கம்)

ஒரு பக்கம் கன்னம் பருத்துவிடும். இந்த வீக்கத்தின் காரணம் மேனாட்டு மருந்துவர்களால் கண்டுபிடிக்க முடியாது. பென்சிலின் ஊசி குத்தினாலும் குறையாது. இதற்கு "கன்னமாரி" என்று பெயரிட்டு நம் பெரியோர்கள் அழைத்துவந்தனர்.

மருந்து

கோவை இலைச்சாற்றை தலையில் 3- நாட்களுக்கு ஒரு வேளை தேய்க்கவும். முதல் நாள் தேய்த்தவுடன் சுரம் வரக்கூடும். பயப்படவேண்டாம். தொடர்ந்து தேய்க்கவும். 4-வது நாளே வீக்கம் குறைந்துவிடும். இவ் வியாதி உள்ளவர்கள் ஐஸ் தண்ணீர், கிரஷ், ஐஸ் கிரீம் முதலிய ஐஸ் பானங்களை அறவே நீக்கவேண்டும். வெந்நீர் சாப்பிடப் பழகவேண்டும். தலையில் பச்சைத் தண்ணீர் ஊற்றக்கூடாது. இரவில் மோர் சாப்பிடுதல் கூடாது.

தொண்டை

தொண்டையில் சதை வளர்ச்சி :

தொண்டைக்குள் சாதாரணமாகக் குழந்தைகளுக்கு சதை வளர்ந்து, சளி, இருமல், சுரம் முதலியன பிடிக்கும். வளர்ச்சியின்றி மெலிந்து போவர். பெரியோர்கள், சிலருக்கும் தொண்டையில் சதை வளர்வதுண்டு. இவ் வியாதியுள்ளவர் ஐஸ் பானங்கள், ஐஸ் கிரீம் முதலிய வைகளை அறவே நீக்கவேண்டும். வெந்நீர் சூடாக சாப்பிடுதல் நன்று. தலையில் தண்ணீர் ஊற்றக் கூடாது.

இந்த வியாதிக்கு மருந்து :

(அகஸ்தியர் சௌமதி நானூறிலுள்ள முறை)

1.	கடுக்காய் சூர்ணம்		4 பங்கு
2.	திப்பிலி	,,	4 ,,
3.	சித்தரத்தை	,,	4 ,,
4.	வால் மிளகு	,,	8 ,,
5.	சாதிக்காய்	,,	3 ,,

எல்லாவற்றையும் தனித்தனியே வறுத்து இடித்து அல்லது மிஷினில் அரைத்து சன்னமான சூர்ணமாக்கி புட்டியில் அடைக்கவும். சிறு குழந்தைகளுக்கு (1-வயது) இரண்டு சிட்டிகைகள் காலே மாலே தேனில் கொடுக்கவும். வயதிற்குத் தகுந்தவாறு கூட்டிக் கொடுக்கலாம். இந்தச் சூர்ணம் குறைந்தது 3-மாதங்கள் சாப்பிடவேண்டும். அறுவை சிகிச்சையில்லாமல் தொண்டையைக் காப் பாற்றலாம். அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்டவர்கள் பலருக்கு ஆஸ்துமா நோய் வந்துள்ளதை நான் பார்த் திருக்கிறேன்.

அடி சதை வளர்ச்சிக்குத் தப்பளம்

சில குழந்தைகளுக்கு சதை அதிகமாய் வளர்ந்து தொண்டையையே மூடிவிடும். இதற்கு அசுவகெந்தி என்னும் அமுக்கிராங்கிழங்கு, சுக்கு, சம எடை எடுத்து பசுவின்பாலில் அரைத்து பாலில் கலக்கி கொதுப்பித்து குழம்புப் பக்குவத்தில் கன்னங்களின் அடிப்பாகத்தில் (காதின் அடிப்பாகத்தில்) தொண்டையின் இரு பக்கங் களிலும் மேற்பூச்சாக தப்பளம் இளஞ்சூட்டுடன் அடிக் கடி போடவும். வீக்கம் குறையும்.

தொண்டைக்குள் கபம் அடைப்பு: (Diphtheria)

தொண்டைக்குள் கபம் கட்டி சுவாச துவாரத்தையும் அடைத்துவிடும்.

குழந்தைகளாயின் பால்கூட சாப்பிட முடியாது. பெரியோர்களுக்கும் இவ்வித வியாதி வருவதுண்டு. ஆங்கிலத்தில் இப் பிணியை (Diphtheria) என்பர். இதற்கும் தொண்டைக்குள் மேனாட்டு மருத்துவத்தில் அறுவை சிகிச்சை செய்து கோழையை அகற்றுவர். சிகிச்சையில்லாமலேயே சித்த மருத்துவத்தில் இப் பிணிக்கு நல்ல மருந்துண்டு.

மருந்து :

குப்பைமேனி இலை கைப்பிடி அளவு பறித்து சோற்று உப்பு 4 சிட்டிகை சேர்த்து கல்லில் தட்டி கசக்கிச் சாறெடுத்து அரை தேக்கரண்டி அளவு குழந்தைகளுக்கு ஊட்ட உடனே கபம் கரைந்து வாந்தியாகி கபம் வெளியே வந்துவிடும். பெரியோர்கள் 2-தேக்கரண்டி யளவு சாப்பிடலாம். மணிக்கொருமுறை 3, 4-வேளைகள் கொடுக்கலாம்.

பெரியோர்களுக்கும் குழந்தைகளுக்கும் மின்சார ரசம்

1.	மெந்தால்	......	50 கிராம்
2.	தைமால் (ஓம உப்பு)		10 ,,

3. கற்பூரம் ... ... 10 கிராம்
4. சோடா உப்பு ... ... 5 ,,
5. பச்சை கற்பூரம் ... ... 5 ,,

இவ்வளவையும் ஒரு கிளாஸ் கார்க்கிட்ட சீசாவில் அடைத்து குலுக்கி வைத்தால் தண்ணீர் போலாகிவிடும். பெரியோர்களுக்கு ½-கோப்பை வெந்நீரில் இரண்டு சொட்டு விட்டு உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். குச்சியில் பஞ்சு சுருட்டி வெகு கொஞ்சமாய் டி மருந்தைத் தொட்டுத் தொண்டைக்குள் தடவி விடவும். ஒரு மணி நேரத்துக்குள் வீக்கம் குறைந்து சளி கரைந்துவிடும். வேண்டுமாயின் மற்றொரு முறையும் முன்போற் செய்யலாம்.

குழந்தைகளுக்கு ஒரு சங்கில் வெந்நீர் விட்டு ஒரு குச்சியால் ஒரு சொட்டு மின்சார சரத்தைத் தண்ணீரில் கலக்கி உள்ளுக்கு ஊற்றவும். தொண்டை அடைப்பு உடனே நீங்கும். குணத்தைக் காண ஆச்சரியமாக இருக்கும்.

முக்கியம்

பிரதி தினமும் பல் துலக்கும்போது வெந்நீரில் சோற்றுப்பை கலக்கி கொப்பளித்து வந்தால் தொண்டையில் வரும் பலவித வியாதிகளை தடுக்கலாம். பொறுக்கக் கூடிய அளவு வெந்நீராய் இருக்கவேண்டும். தொண்டைக்குள் போகும்படி செய்து களகளவென்று குழப்பித் துப்பவேண்டும்.

பல்

பல் கெட்டால் உடல் கெட்டுவிடும். பற்களைச் சுத்தமாக வைத்திருக்கவேண்டும். பற்கள் கெட்டியாக இருக்க வேண்டுமாகில் பற்களை மாத்திரம் துலக்கிக் கொண்டிருந்தால் பயனில்லை. ஈறுகளை காலையில் 2, 3, நிமிடங்கள் விரலால் அழுத்தித் தேய்த்து மசாஜ் (Massage) செய்ய

வேண்டும். அப்படிச் செய்து வந்தால் 80-வயதானாலும் பற்கள் விழாது. மற்றும் பற்களைச் சாம்பல், கரகரப்பான பற்பொடிகளைக் கொண்டு தேய்க்கக்கூடாது. பல் தேய்ந்து ஒளி மங்கிவிடும். பிரஷ் (Tooth Brush) அறவே நீக்குதல் வேண்டும். சிலர் பிரஷ்ஷினால் கரகரவென்று அதிக நேரம் தேய்த்துக் கொண்டே நண்பர்களிடம் பேசுவார்கள். இப்படிச் செய்துவரின் ஈறுகள் அதிக விரைவில் பழுதடைந்து பற்கள் ஆடிப்போகும். மேனாட்டு பல் டாக்டர்கள் ஆஸ்திரேலியா கண்டத்தில் 1967-ல் கூடிய மாநாட்டில் பிரஷ் உபயோகிப்பதால் பற்கள் விரைவில் கெட்டுப்போகின்றன என்று ஏகமனதாய் தீர்மானித்தார்கள் என்பதை கவனிக்கற்பாலது.

வேண்டுமானால் பற்கள் மத்தியில் இருக்கும் அழுக்கைப் போக்க மிருதுவான பிரஷ் (Soft Brush) கொண்டு லேசாகக் கீழும் மேலும் தேய்த்துக் கொப்பளிக்கலாம்.

உணவு முடிந்த பிறகு நல்ல வெந்நீரில் வாய் கொப்பளிப்பதே நல்லது. அழுக்கு விரைவிலும் சுலபமாயும் வெளிப்படும்.

மற்றும் சிலர் வேப்பங்குச்சி, வேலங்குச்சி முதலியவைகளால் பல நிமிடங்கள் பற்களை தேய்ப்பார்கள்; எச்சிலைத் துப்பிக் கொண்டே இருப்பார்கள், எச்சில் என்பது சீவனுக்கு ஆதாரம். அது நம்முள் ஊறும் ஒருவகை அமிர்தம், அதைக் கொண்டே நாம் ஆகாரத்தை சீரணம் செய்கிறோம். அதை வீணாக்கி விட்டால் நாளடைவில் சீரணம் குறைந்து ஆயுள் குறைந்துவிடும். இதை ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்வது நலம்.

மறுமுறையும் ஞாபகப்படுத்துகிறேன். பல்லையே தேய்க்காதீர்கள். ஈறுகளைத் தேயுங்கள். பற்கள் கெட்டியாகும்.

பற்கள் சொத்தை

பற்கள் சொத்தையாவதற்கு நாம் ஈறுகளைத் தேய்க்காத குற்றந்தான். சொத்தைவிழ ஆரம்பித்த உடனே கவனித்தால் அதிகமாகாமல் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம். தண்ணீர் சாப்பிடும்போதோ பல் துலக்கும்போதோ பல் கூச்சம் எடுத்தால் உடனே கவனியுங்கள். கீழ்க்கண்ட முறைகளைக் கையாண்டால் பற்களைப் பல பிணிகள் தாக்கப்படாமல் காப்பாற்றலாம். பல் நம்முடைய உணவை அரைக்கும் ஒரு யந்திரம். பல் கெட்டால் நன்றாக மெல்ல முடியாது. நன்றாக மென்று சாப்பிடாத உணவினால் சீரணக்கோசங்களுக்கு அதிக அளவு வேலை உண்டாகி அதி சீக்கிரத்தில் சீரணகோசங்கள் பழுதடையும். ஆயுள் குறையும்.

பல் சொத்தை

சொத்தையை கண்டவுடன் எருக்கலம்பால் ஒரு சொட்டு எடுத்து சொத்தை கண்ட இடத்தில் வைத்தால் சொத்தை அதிகமாகாது. பல் கூச்சம் நின்றுவிடும். மறுபடியும் சொத்தை வராது. 2, 3-முறைகள் ஷெ பாலை உபயோகிக்கவும்.

பல் துலக்கப் பொடி

1.	சாக் பௌடர்	1	கிலோ
2.	நன்றாக பொரித்த படிகாரம்	1	,,
3.	உலர்த்திய டேபிள் உப்பு	¼	,,
4.	பால் சாம்பிராணி பொடி	¼	,,
5.	மிளகு பொடி	¼	,,

இவைகளைக் கலந்து டப்பியில் அடைக்கவும். இந்தப் பொடியை பல் துலக்க உபயோகித்தால் பற்களை உயிருள்ளவரை காப்பாற்றலாம்.

ஈறு வீக்கம் (பல் வலி)

பப்பாளிக் காயைக் கீறினால் பால் வரும். அந்தப் பாலை வீக்கம் கண்ட இடத்தில் தடவி லேசாகத் தேய்த்தால் ரத்தம் சீழ் வரும். உடனே பல்வலி, வீக்கம் குறைந்துவிடும். சோற்றுப்பின் பொடியை வீக்கத்தில் வைத்து அழுத்தி பிடிக்கவும். வெகுவிரைவில் வீக்கம் குறையும்.

மற்றொன்று : சுத்தமான தேனை விரலில் எடுத்து பிரதி தினமும் ஈறுகளை தேய்க்கவும்.

நாக்கு

நாக்கு சுத்தமில்லாவிடில் ருசி கெட்டுவிடும். பல் துலக்கும்போது நாக்கை வழிக்க வேண்டும். பலர் இதைச் செய்வதேயில்லை. ஆரோக்கியத்திற்குச் சுத்தமான நாக்கு முக்கியமானது.

குழந்தைகளுக்கு நாக்கு வெள்ளை நிறமாயிருக்கும். இது அசீரணத்தைக் குறிக்கும்.

மருந்து : மாசக்காய் சூரணத்தை குழந்தைகள் நாக்கில் வைத்துத் தேய்த்து விடுதல் வேண்டும் சுத்தமாகும். பெரியோர்கள் சோற்றுப்புத்தூள் கொண்டு நாக்கில் தேய்த்துக் கொப்பளிக்க வேண்டும். பிரதி தினமும் இவ்விதம் செய்தால் நாக்கு சுத்தமாய் இருக்கும்.

முகத்தில் உண்ணி

சிலருக்கு முகம், கண்கள், ரெப்பைகள் கழுத்து இவைகளில் உண்ணிகள் வளரும். முகத்தை விகாரப் படுத்தும்.

மருந்து : சிகப்பு நாயுருவி இலை ஒரு கைப்பிடி, சுண்ணாம்பு ஒரு சுண்டைக்காய் அளவு, வாஷிங் சோடா

இரண்டு குன்றியளவு சேர்த்தரைத்து உண்ணிகளின் மேல் தடவவும். ஒரு வாரத்தில் உதிர்ந்துவிடும்.

மற்றொன்று : அம்மாம் பச்சரிசியை கிள்ளினால் பால் வரும். அந்தப் பாலை உண்ணிகளில் சில நாட்கள் தடவி வர உதிர்ந்துவிடும்.

மார்பு

இதிலடக்கம் இருதயம் (Heart), கல்லீரல் (Liver), பித்தப்பை (Gall Bladder) நுரையீரல் (Lungs). இவைகள் உடலுக்கு, முக்கியமான உறுப்புகள். இவைகளில் எது பழுதடைந்தாலும் உயிருக்கு ஆபத்து உண்டாகும்.

இருதயம் (Heart)

இக்காலத்தில் இருதய அடைப்பினால் பலர் இறந்து போவதை நாம் கண்கூடாகக் காண்கிறோம். இதற்குப் பல காரணங்களுண்டு. எதிர்பார்த்தது கிடைக்கா விடினும், பயங்கரப்படக்கூடிய சம்பவங்களில் ஈடுபடுவதாலும், அளவுக்கு மீறிய ஆகாரத்தாலும், அதி பெண் சேர்க்கையாலும் இருதயம் பலவீனப்படுகிறது. மற்றும் அதைச் சார்ந்த உறுப்புகளும் பலவீனமடைகின்றன. சிலர் பந்தய விளையாட்டுகளை கடுமையான வெய்யிலில் நடத்துகின்றனர். நம்நாட்டு வெப்பதட்ப நிலைகளுக்கு இவ் விளையாட்டுகள் ஒவ்வாது. வேகமாய் ஓடுவதும் கூடாது. இருதயம் படபடப்பு உண்டாக்கக் கூடிய எந்த விதமான விளையாட்டுகளிலோ, காரியங்களிலோ ஈடுபடுதல் கூடாது. அதற்கு மாறாக நடப்பின் ஆயுள் குறையும். மனிதனுக்கு மூச்சு போனால் உயிர் போச்சு. மூச்சை வீணாக்குதல் கூடாது. இருதயக் கோளாறு அநேகமாய் புலால் உண்பவர்களுக்கும், காலாகாலத்தில் சாப்பிடாதவர்களுக்கும் உண்டாவது நாம் கண்கூடாகக் காண்கிறோம்.

உடற்பயிற்சிகளில் மிக்க மேன்மையுடையது, காலையில் 4,5-மைல்கள் நடப்பது (Morning Walk). நடையும் சாதாரணமாய் இருத்தல் வேண்டும். அதற்கடுத்தபடி நீந்துதல் நல்ல பயிற்சி. இருதயக் கோளாறுள்ளவர்கள் கூட கொஞ்சம், கொஞ்சமாய் சுத்தமான காற்றோட்டமுள்ள இடத்தில் நடந்தால், மறுபடியும் இருதயக் கோளாறு வராது. இருதயம் பலப்படும். டாக்டர்கள் இருதயக் கோளாறு உள்ளவர்களை நடக்காமல் ஓய்வு (Rest) எடுத்துக் கொள்ளும்படி சொல்வர். இதை நம்புபவர்கள் மறுலோகத்தைச் சீக்கிரத்தில் அடைவர். காலை உல்லாச நடை மிக்க பயனைத் தரும்.

கனமான ஆகாரங்கள், தூக்கமின்மை முதலியவைகளை நீக்குதல் வேண்டும். சுலபமாக சீரணிக்கக்கூடிய கீரை, தக்காளி, புடலை, வெள்ளைப்பூசணி, கேரட் முதலிய காய்கறிகளை அளவுடன் உபயோகித்தல் வேண்டும். ஐஸ் பானங்களை நீக்கவேண்டும். வாயு (Gas) வயிற்றில் குடலில் சேராதபடி பிரதிதினமும் மலம் சரியாகக் கழியும்படி கவனிக்கவேண்டும். இந்த வாயு அதிகரிக்கும் காலங்களில் நெஞ்சு எரிவு, படபடப்பு, நெஞ்சில் குத்தல் முதலியன உண்டாகும். பலர் ஏதோ (Heart attack) இருதயவலி என்று பயந்து போவர். இந்தப் பயம் அறவே கூடாது. பயம் உயிரை மாய்த்துவிடும். பயப்படாதீர்கள். இருதய படபடப்பு. நெஞ்செரிவு முதலியன கண்டால் தைரியமாய் இருந்துகொண்டு கீழ்க் குறிப்பிட்ட பக்குவங்களைச் செய்து கொள்ளுங்கள்.

இருதயக் கோளாறு (heart Trouble)

இருதயத் துடிப்பு, இருதய வலி வந்தவுடன் செய்து கொள்ளவேண்டிய சிகிச்சை.

1. தேன் ... 1 அவுன்ஸ்
2. ஒரு முட்டையின் வெண்கரு

இவற்றை நன்றாகக் கலக்கி உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். உடனே இருதய வலி நின்றுவிடும்.

மற்றொரு முறை : கஸ்தூரி ஒரு குன்றிமிடை வெற்றிலை யில் வைத்து மென்று சாப்பிட உடனே இருதயவலி நின்றுவிடும்.

இருதயத் துடிப்பு

மேற்சொன்ன மருந்தை இருதயத்துடிப்பு அதிகமாய் திடீரென வந்தால் உபயோகிப்பது நல்லது. பிரதி தினமும் படுக்கும் சமயம் ஒரு கோப்பை பசுவின் பாலில் தேன் தேக்கரண்டி அளவு கலந்து சாப்பிட இருதயம் பலப்படும். ஆயுள் நீடிக்கும். உடல் வன்மை பெறும்.

காலையில் ஒரு சிறிய இஞ்சித் துண்டை அரைத்து 4-அவுன்ஸ் வெந்நீரில் கலக்கி வைத்து ½-மணி நேரம் கழித்துத் தெளிவுநீரை வடித்து அதில் தேன் 1-தேக்கரண்டி அளவும் எலுமிச்சம் பழசாறு ½-அவுன்ஸ் அளவும் கலந்து பிரதி தினமும் சாப்பிடவும். இப்படி தொடர்ந்து பல மாதங்கள் சாப்பிட இருதயக் கோளாறு இரண்டுமுறை வந்தவர்களுக்குக்கூட அக் கோளாறு மறுபடியும் வராது.

இரவில் படுக்கும் சமயம் திரிபலா (கடுக்காய், நெல் லிக்காய், தானிக்காய் சூரணங்கள் சம எடை கலந்தது) ஒரு தேக்கரண்டி வெந்நீரில் சாப்பிடவும். காலையில் சுகமாக மலம் கழியும்.

மற்றொரு மருந்து

தாமரைப்பூ இதழ்கள் முப்பது எடுத்து நசுக்கி 4-டம்ளர்கள் தண்ணீரிலிட்டு பனங்கற்கண்டு அளவுடன் கூட்டி ஒரு டம்ளராக வற்றவைத்து வடிகட்டி பால்

சேர்த்தோ சேர்க்காமலோ பிரதி தினமும் காலை மாலை தொடர்ந்து சில மாதங்கள் சாப்பிட்டுவர இருதயத் துடிப்பு, வலி முதலியன நீங்கும். வருடக் கணக்கில் சாப்பிடின் இதுவே ஓர் கற்பகமருந்தாக அமையும். உலர்ந்த தாமரைப்பூ இதழ்களையும் உபயோகிக்கலாம்.

இருதய வலிவுக்கு டானிக்

1. செம்பரத்தம்பூ 200- எடுத்து துண்டு துண்டாய் நறுக்கி ஒரு பீங்கான் பேசனிலிட்டு 50- எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்த சாற்றை அதில் சேர்த்துப் பிசைந்து வெய்யிலில் வைக்கவும். மாலையிலெடுத்து பிசைய ரத்தம்போல் சாறு வரும். சர்க்கரை வேண்டிய அளவு அயச்சட்டியிலிட்டு தண்ணீர் கொஞ்சம் விட்டு அதில் டி சாரைக் கலந்து காய்ச்சிச் சர்ப்பத்து செய்துகொண்டு காலை மாலை 2 அவுன்ஸ், நீரில் கலந்து சாப்பிடவும். இருதயம் பலப் படும். இரத்தம் உடலில் பரவும். கல்லீரல் பலப்படும். உடல் வன்மை பெறும். இது மிகவும் உயர்ந்த மருந்து. டி பூவை கஷாயம் செய்து பால் சேர்த்து சர்க்கரை சேர்த்தும் சாப்பிடலாம்.

வைத்தியர்களுக்கு

சிங்கிபற்பம் இருதயக் கோளாறுகளுக்குத் தலை சிறந்தது. தேனில் 4- குன்றியளவு காலை மாலை கொடுக் கவும். இரவில் திரிபலா சூர்ணம் கொடுக்கவும். 2, 3 மாதங்கள் கொடுக்க இருதயக் கோளாறுகள் ஒழிந்து போவதுமில்லாமல் இருதயம் பலப்படும்.

மற்றொன்று

அஷ்டசூர்ணம் காலை மாலை வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வரின் வயிற்றில் வாயு வராதபடி தடுக்கும். வயிற்றில்,

குடலிலிருக்கும் வாயுவை 1- மணி நேரத்துக்குள் வெளிப் படுத்தும். இம் மருந்து ஆயுர்வேத, சித்த மருத்துவர் களிடத்தில் கிடைக்கும். எல்லோருமே வீட்டிலும் செய்து கொள்ளக்கூடியது. இச் சூரணம் செய்யக்கூடிய பொருள்கள் அத்தனையும் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும் நாம் சாப்பிடத் தொடங்கியதும் சாதத்தில் முதன்முதலாக ஒரு தேக்கரண்டி இந்தச் சூர்ணத்தை சேர்ந்து நெய்விட்டு கலக்கி இரண்டு மூன்று கவளங்கள் சாப்பிட்ட பிறகு மற்ற வகை உணவுகளை சாப்பிடின் வயிற்றில், குடலில் எந்தவித கோளாறும் வராது.

1. தோல் நீக்கிய சுக்கு 1 அளவு
2. மிளகு ... 1 ,,
3. திப்பிலி ... 1 ,,
4. ஓமம் ... 1 ,,
5. இந்துப்பு ... 1 ,,
6. சீரகம் ... 1 ,,
7. பெருங்காயம் ... ½ ,,
8. கருஞ்சீரகம் ... ½ ,,

2, 3, 4, 6, 8, சரக்குகளை தனித்தனியே வறுக்கவும் பெருங்காயத்தை பொரித்துக் கொள்ளவும். இந்துப்பை பொடி செய்து லேசாக வறுக்கவும். எல்லாவற்றையும் சேர்ந்து இடித்து சூர்ணம் செய்து கொள்ளவும்.

ஆஸ்துமா வியாதியுள்ளவர்கள் வயிற்றில் உப்பிசம் கண்டபோது 1 தேக்கரண்டி சூரணத்தை வெந்நீரில் அல்லது தேனில் சாப்பிட்டால் நல்ல பலனைத் தரும்.

கல்லீரல் (Liver)

நம் உடம்புக்குள் இயங்கும் உறுப்புக்களில் மிகப் பெரியது இது. குடல் சீரணம் செய்து சத்துப் பொருள்

களை மேலனுப்புகிறது. ஈரல் அந்தப் பொருளிலிருந்து எல்லாவித சத்துக்களைப் பிரிக்கும் வேலை செய்கிறது. இது பழுதுபட்டால் அதனுடன் பித்தப்பையும் பழுத டையும். நீரையும் இரத்தத்தையும் பிரிக்கும் வேலையில் ஈடுபட்டிருக்கும் இந்த ஈரலில் புண் அல்லது வீக்கம் ஏற்படின் உடனே அடிவயிற்றில் தண்ணீர் சுரந்து கால்கள் வீங்கி பிறகு மார்பு வரையில் நீர் பரவி மரணத்தை உண்டு பண்ணும். இந்த வியாதியை ஆங்கிலத்தில் (Syrosis of the Liver) என்று சொல்வர்.

இது பழுதடையக் காரணங்கள்

அளவுக்கு மிருந்த ஆகாரங்கள், அகால போஜனம், காலா காலத்தில் தூங்காமை, மதுபானங்கள் அருந்து வது, புலால் உணவுகளை அதிகமாய்ச் சாப்பிடுவது முதலிய கெட்ட பழக்க வழக்கங்களே கல்லீரல் வீக்க மடைவதற்குக் காரணங்கள். இதற்குச் சித்த மருத்துவர் கள் சலோதரமென்றும், மகோதரமென்றும், கல்லீரல் விக்கமென்றும் சொல்வர்.

இந்தப் பிணிக்கு மேனாட்டு மருத்துவத்தில் மருந்து கண்டுபிடிக்கவில்லை. வயிற்றில் சுரக்கும் நீரை சிரிஞ்சு மூலமாய் எடுப்பர். ஆனால் மறுபடியும் நீர் வந்து சுரந்து கொள்ளும். நீர் போவதற்குச் சில மாத்திரைகள் கொடுத்து மூத்திரப்பையை விரைவாக வேலை செய்யும் படி செய்வர். ஆனால் முடிவு தோல்விதான். சித்த மருத்துவர்கள் இதற்கு உயர்ந்த கஷாயங்களும், மூலிகைப் பிரயோகங்களும், சாத்தியத்திற்கப்பாற்பட்ட நிலைமையில்கூட உலோக பற்பங்களைக் கையாண்டு குணப்படுத்த வல்லவர்கள்.

இதற்கு சித்த மருந்துகள்

1. அமுக்கிரா வேர் பச்சையாகக் கொண்டுவந்து அரைத்து 10 கிராம் அளவுக்கு உள்ளுக்குக் கொடுத்து வெள்ளாட்டின் (செடி மேய்வது) மூத்திரம் 3 அவுன்ஸ் குடிப்பித்தால் 2 மணி நேரத்தில் நீர் பிரிந்து வீக்கம் குறையும். அதன் பிறகு மண்டூர செந்தூரம், பசுங்கோமியத்தில் 7 முறை பாவனை செய்து சில நாட்களுக்குக் கொடுக்கப் பூரண குணம் காணலாம்.

2. மற்றொரு முறை

கோவையிலை 2 கைப்பிடி அளவு, வெந்தயம் 1, சீரகம் 15 கிராம். இவை எல்லாவற்றையும் இடித்துச் சாறு பிழிந்து காலை மாலை 5 நாட்கள் கொடுக்கவும். 2, 3, முறை பேதியாகும். உப்பில்லாப் பத்தியம். வீக்கங்கள் குறையும். பிறகு ஆட்டமூரியில் அரைத்து 7 முறை பாவனை செய்த மண்டூரத்தைக் கடுக்காய்ச் சூரணம் சம எடை கலந்து வாயிலிட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்களுக்குக் கொடுக்கப் பூரண குணமாகி மறுபடியும் சுரப்பு வராது.

கோவையிலைச் சாற்றைப் போல், வில்வ இலைச் சாறும் கொடுப்பது நல்லது.

விக்கல்

இதுவும் ஈரலைப் பற்றிய நோய். தீராத விக்கலுக்குப் பழைய தோல் செருப்பைச் சுட்டுக் கரியாக்கி அதைப் பட்டுப்போல் நுணுக்கித் தேனில் 3 சிட்டிகைகளிட்டுக் கலக்கி உள்ளுக்குக் கொடுக்க விக்கல் ஒரே வேளையில் குணமாகும். வயது முதிர்ந்தவர்களாயின் 3, 4 வேளைகள் கொடுக்க நேரிடும். ஆசிரியர் எழுதிய ''உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து'' என்னும் நூலையும் படிப்பது நல்லது.

மற்றொரு முறை : சிலாசத்த பற்பம் ஒரு சிட்டிகை இளநீரில் கொடுக்க உடனே நிற்கும் அல்லது ஆப்பச் சோடா ஒரு சிடிகை தேனில் கொடுக்கவும்.

தீராத வாந்தி

இதுவும் ஈரலைப் பற்றிய நோய். நாட்டு மருந்துக் கடையில் கிடைக்கும் சதகுப்பை என்னும் சரக்கை வாங்கி ஒரு தேக்கரண்டியளவு சட்டியிலிட்டு செவ்வறுவலாய் வறுத்து ஒன்றிரண்டாய்ப் பொடித்து பத்து கிராம் அளவுக்கு ¼-லிட்டர் அல்லது 1-டம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி கொஞ்சம் பனங்கற்கண்டிட்டு பாதி அளவுக்குச் சுண்டிய பிறகு வடிகட்டி உள்ளுக்குக் கொடுக்க அந்த நிமிடமே வாந்தி நின்று சாப்பிடும் ஆகாரம் நிலைக்கும். ஆகாரம் நீராகாரமே, ஒருநாள் வரையில் கொடுக்கவேண்டும்.

தூக்கமில்லாததற்கு

வெங்காயத்தை நசுக்கி ஒரு துணியில் முடிந்து கண்ணில் ஒரு சொட்டு பிழியும். சீரகத்தை ஒன்றிரண்டாய்ப் பொடித்து ஒரு சன்னமான துணியில் முடிந்து அவ்வப்போது மூக்கில் வாசனை நுகரவும்.

மற்றொன்று : கோஷ்டத்தை பொடி செய்து பீடி இலை அல்லது பேப்பரில் சுருட்டி சிகரெட் பிடிப்பது போல் பிடிக்க தூக்கம் வரும். அடி தூளை நெருப்பிலிட்டு புகையை வாயினால் உட்கொள்ளவும்.

காமாலை

இது ஈரல், பித்தப்பை இவைகளின் கோளாறினால் வரும் வியாதி. சிலருக்குப் பித்தப்பையில் கல் மாதிரி சதை உருண்டு பித்தப்பையின் வாயை மூடிவிடும். அக்காலத்தில் தாங்கமுடியாத வயிற்றுவலி, சுரம், காமாலை முதலியன வரும். இதற்கு ஆங்கிலத்தில் 'Obstructive

Jaundice' என்பர். இதை மேனாட்டு மருத்துவம் படித்த மருத்துவர்கள் ரண சிகிச்சை மூலமாக அந்தக் கல்லை அகற்றுவர். ஆனால் மறுபடியும் அக் கல் வரக்கூடும். அவ்விதக் கல்லை உற்பத்தியாகும் காரணத்தைக் கண்டு பிடித்து அதை வராமல் தடுக்க ஏதும் அவர்கள் செய்ய சக்தியற்றவர்கள். இப்பணிக்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் மருந்து கிடையாது.

காமாலை நோய் தாக்கப்படுவது முக்கியமாய் நாம் உண்ணும் நீரிலுள்ள பூச்சிகள்தான். இதைத் தொத்து வியாதி என்றும் ஆங்கில மருத்துவம் படித்த மருத்துவர்கள் அபிப்பிராயப்படுகின்றனர். நீரை கொதிப்பித்து சாப்பிடுகிறவர்களுக்கு இந்நோய் தாக்காது.

இவ்வியாதி கண்டதும் சீரணம் குறைந்துவிடும். ருசி மாறிவிடும், வாய் உலர்ந்தாற்போல் இருக்கும். சிறுநீர் (மூத்திரம்) மிக மஞ்சளாகவும், சிவப்பாகவும் பிறகு அதி சிவப்பாகவும் போகும். அதைத் தொடர்ந்து கண்கள் மஞ்சள் நிறமடையும். நாட்கள் அதிகமாகி விட்டால் கண்கள் பார்வையும் மங்கலாகி விடும். சிலருக்கு சுரமும் வரும். வயிற்றில் ஏதோ ஒருவிதமான சங்கடத்தை உண்டாக்கும். மலம் வெண்மையாகப் போகும். குமட்டல் இருக்கும். இந்நோய் கண்டதும் உடனே மருத்துவம் செய்துகொள்ள வேண்டும். இல்லாவிடில் உயிருக்கே ஆபத்து நேரிடும்.

இந்த வியாதியை சித்தமருந்துகளினால் வெகு விரைவில் குணப்படுத்தலாம். ஆங்கில மருத்துவர்கள் இந்த நோயாளிகளை உடனே சித்த மருத்துவர்களிடம் போகும்படி செய்தார்களானால் மிக்க தொண்டு செய்தவர்களாவார்கள். அக்ரோமைசின் முதலிய விஷ மருந்துகளைக் கொடுத்துக்கொண்டு காமாலை நோயாளிகளைக் பரீட்சை பார்ப்பது கொடிய பாபம்.

காமாலைக்கு சித்த மருந்து

பூவரசு இலைக் கொழுந்தை 5- மிளகுடன் சேர்த்து அரைத்து ஒரு எலுமிச்சம் பழ அளவு மோரில் கலந்து நாள் ஒன்றுக்கு 3- வேளைகள் காலை, மதி, மாலை சாப்பிடவும். இளநீர் நாள் ஒன்றுக்கு குறைந்தது இரண்டு சாப்பிடவும். இப்படிச் சாப்பிட 7- அல்லது 10- நாட்களில் காமாலை நிச்சயமாய் குணமாகும். பத்தியம்:- உப்பு சாப்பிடக் கூடாது.

கீழாநெல்லிச்செடி எண்ணிக்கையில் 15- வேருடன் எடுத்து தண்ணீரில் சுத்தமாக அலம்பி, கிடைத்தால் வெள்ளாட்டுப்பால் இல்லாவிடில் பசுவின்பால் விட்டிடித்துப் பிழிந்து ஒரு கோப்பைப் பாலில் கலந்து காலை மாலை சாப்பிட ஒரு வாரத்தில் காமாலை குணமாகும். மேற்படி மூலிகையை அரைத்து தயிரிலோ அல்லது மோரிலோ கலந்தும் சாப்பிடலாம்.

பத்தியம்

பாலில் சாப்பிட்டால் பால் சாதம் சர்க்கரை சேர்த்துக்கொண்டு சாப்பிடவும். தயிரில் சாப்பிட்டால் தயிர் சாதம் உப்பில்லாமல் சாப்பிட வேண்டும். பழ ரசங்கள் சாப்பிடலாம்.

மற்றொரு முறை

எட்டியிலைக் கஷாயம் அல்லது தண்ணீர் தெளித்து இடித்துப் பிழிந்த வேப்பன் இலைச்சாறு நாள் ஒன்றுக்கு மூன்று வேளைகள் வேளை ஒன்றுக்கு 3 அவுன்ஸ் அளவுக்கு கொடுக்க 10 நாட்களில் குணமாகும். உப்பில்லாமல் சாப்பிடவும்.

மற்றொன்று

நீலி என்னும் வண்ணான் அவுரி இலையை அரைத்து சுண்டைக்காய் பிரமாணம் உருண்டைகள் 5 செய்து சுடு சாதம் கிழுமேலுமிட்டு சாதம் ஆறியபின் எடுத்து பசும் பாலில் வேளை ஒன்றுக்கு 5 உருண்டைகள் காலை மாலை இரு வேளைகள் விதம் சாப்பிடவும். 10 நாட்களில் குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

பேப்பீர்க்கன் விதைகள் 6- எடுத்துச் சிறிய கல்வத்தி விட்டுத் தட்டி அரைத்து ஒரு சுத்தமான மெல்லிய துணி யில் வைத்து உருட்டி தாய்ப்பாலை சங்கில் வைத்துக் கொண்டு அதில் அடி மருந்தைத் தோய்த்துத் தோய்த் துப் பிழிய மஞ்சள் நிறமான சாறுவரும். அதை மூக்கி னுள் விட 3-நாட்களில் மஞ்சள் காமாலை நோய் குணமாகும்.

வைத்தியர்களுக்கு

அன்னபேதி, வெடியுப்பு சமன் கூட்டி இரும்புக் கடாயிலிட்டு கரிஅடுப்பில் ஏற்றி ஊதவும். இரண்டும் உருகும். மறுபடியும் அழுத்தமாய் ஊத மறுபடியும் உருகி எரிந்து செந்தூரமாகும். இதற்கு "வெடி அன்ன பேதி செந்தூரம்" என்று சொல்வர். இந்த மருந்தில் நான்கு குன்றியளவும் வெங்கார பற்பம் ½ கிராமும் சேர்த்து நாள் ஒன்றுக்கு 3 வேளைகள் தேனில் கொடுக்கவும். இம்மருந்து கொடுக்குமுன் ஒரு முறை நன்றாக மலம் கழிவதற்கு ஏதாவது உபாயமான மருந்து கொடுப்பது நலம். சூரத் நிலாவரை அல்லது நிலவாகை கஷாயம் கொடுத்தாலும் போதும். இந்த செந்தூரத் தால் நிச்சயமாய் 10 நாட்களுக்குள் காமாலையை குணப்படுத்தலாம்.

குறிப்பு

உப்பில்லாப் பத்தியம் மிக முக்கியம். இதனால் உடல் மெலிவடையக்கூடும். ஆயினும் பரவாயில்லை. இந்த பத்தியத்தினால் எத்தனையோ வியாதிகள் உடலிலிருந்து அகன்றுவிடும். பின்னர் காமாலை நோய் வந்ததே ஒரு வரப்பிரசாதமென்று நோயாளி நினைத்தல் கூடும். ஒரு ஆஸ்துமா நோயாளிக்குக் காமாலை வந்து இந்த மருந்து கொடுத்து 10-நாட்கள் உப்பில்லா பத்தியம் வைத்ததில் காமாலை குணமானதுமல்லாமல் ஆஸ்துமா வியாதியும் குணமாகிவிட்டது.

பித்தப்பையில் கல் (Stone in the Gall Bladder)

இதற்கு மருந்து வெகு சாக்கிரதையாய் கொடுக்க வேண்டும். மலம் பிரதிதினமும் நன்றாக வெளிப்படுத்தப் படவேண்டும். இக்கல் உண்டாவதற்கு மலச்சிக்கல் ஒரு முக்கியமான காரணம். என்னுடைய மனைவிக்கு இந்தக் கல்லடைப்பு வந்து கடுமையான வயிற்றுவலி, காமாலை, கடுமையான சுரம், அஜீரணம் முதலியன வந்தன. இதற்கு ஆபரேஷன் செய்வதைத் தவிர, வேறு மருந்துகளால் குணப்படுத்த முடியாதென மேனாட்டு மருந்துகள் பயின்ற டாக்டர்கள் சொல்லிவிட்டார்கள். ஆனால் நான் ஆபரேஷ னுக்கு ஒத்துக்கொள்ளவில்லை.

கீழ்க்கண்ட மருந்துகள் கொடுத்து பூரண குணம் அடைந்து 10-வருடங்களாகியும் இன்றுவரை காமாலை நோய் வரவில்லை. கல்லும் கரைந்துவிட்டது.

மருந்து

மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி (பொற்றலைக் கரிப்பான் சாறு ½ அவுன்சுடன் சுத்தமான தேன் ¼ அவுன்சு

கலந்து காலை, மாலை இரு வேளைகள் கொடுத்தேன். இரவில் படுக்கும் சமயம் கீழ்க்கண்ட திரிகுண எண்ணெயைக் கொடுத்தேன்.

1.	விளக்கெண்ணெய்	1 லிட்டர்
2.	வெள்ளைப்பூண்டின் ரசம்	½ "
3.	இந்துப்பு	30 கிராம்
4.	பெருங்காயம்	10 "

எல்லாவற்றையும் சேர்த்து தைல பதத்தில் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக்கொண்டு பசும்பால் 2- அவுன்சில் 1- அவுன்சு ஷை எண்ணெயை இரவில் படுக்கும் சமயம் கொடுத்துவந்தேன். காலையில் நன்ருக மலம் கழிந்தது. இப்படி 40-நாட்கள் கொடுத்தேன் பூரண குண மடைந்தது.

மற்ெருரு முறை

வெடியுப்பைக் கிணற்று நீரில் கலக்கிக் காய்ச்சிக் குழம்பு பருவம் வருமுன் எடுத்து ஒரு கெட்டியான துணியை 12-மடிப்புக்களாகச் செய்து அதில் ஷை வெடியுப்பை கொட்டி வடித்துக்கொள்ளவும். சுத்தமாகும், பிறகு அதை ஒரு அயச்சட்டியில் கொட்டி வெடியுப்பின் அளவு 20-பங்குக்கு ஆப்பச்சோடா ஒரு பங்கு கலந்து அடுப்பேற்றி. சூடாகி உருக ஆரம்பித்ததும் வெடியுப்பு எடைக்கு 4-ல் ஒரு பங்கு மஞ்சள் பொடி எடுத்துக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் தூவிக் கிளறிக்கொண்டேவரின் வெடியுப்பு சுண்ணமாகும்.

இந்த சுண்ணத்தில் 4-குன்டுமணியளவு சுண்ணுப்பு நீர் அல்லது இளநீரில் காலை மாலை இரு வேளைகள் கொடுத்து உப்பில்லாப் பத்தியம் வைக்க கல் கரைந்து விடும்.

குழந்தைகள் கல்லீரல் வீக்கத்துக்கு
(Infantile Liver Spleen enlargement)

இவ் வியாதியின் குறிகளாவன:—வயிறு வீங்கும், கைகால்கள் மெலியும், கண் வெளுக்கும், குழந்தை மண், சாம்பல் நிறைய சாப்பிட பிரியப்படும்.

மருந்து

ஷை வெடி அன்னபேதி நன்ருக வேலைசெய்யும். குன்றியளவு வெங்கார பற்பத்துடன் காலை மாலை கொடுக்கலாம். மருந்தின் அளவு அதிகமாய் இருப்பதே நல்லது.

மற்ெறுென்று

அதோடு சோற்றுக்கற்றாழை சோறெடுத்து அதில் கடுக்காய் தூளிட்டுப் பிசைந்து நீரெடுத்து வடிகட்டி அந்த நீர் ஒரு லிட்டர் அளவுக்கு 20-கிராம் இந்துப்பு கலந்து புட்டியில் அடைத்துக்கொண்டு நாள் ஒன்றுக்கு இரண்டு வேளைகள் வேளை ஒன்றுக்கு 1 அவுன்ஸ் வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுக்க 40 நாட்களில் பூரண குணமடையும்.

மற்ெறுென்று

கரையிலிருந்து 5 மைலுக்கப்பால் உள்ள கடல் நீரைக் கொண்டுவந்து, அந்த நீரை கரிசலாங் கண்ணி (கரிப்பான்) சமூலத்தில் விட்டு இடித்து சாறு பிழிந்து வடிகட்டி புட்டியிலடைக்கவும். தேக்கரண்டியளவு மருந்தை 1 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கூட்டி காலை, மாலை கொடுக்க ஈரல் குலைகட்டி குணமாகும்.

நுரையீரல் (Lungs)

சுவாசப்பை நல்ல நிலைமையில் இயங்கினால்தான் ரத்தத்தை சுத்தி செய்கிற பிராணவாயுவை அதிகமாய் உட்கொள்ளும். கபம் அடைந்த காலத்தில் பிராணவாயு உட்செல்லத் தடங்கல் ஏற்படுகிறது. இதனால் இருமல் உண்டாகும். இந்த கபத்தை அகற்ற இருமல் வருவது நல்லது. எப்பொழுதுமே காறி காறி துப்பும் பழக்கம் நல்லது. ஆனால் நாக்கின் கீழே ஊறும் உமிழ்நீரைத் துப்பக்கூடாது. அது அமிர்தம். காறி துப்புவதென்றால் தொண்டையில் ஏற்படும் கபத்தை அகற்றுவதேயாகும்.

அதிக உஷ்ணத்தினால் சுவாசப்பை கோளாறு அடையக்கூடும். வீக்கம் அடைந்து புண் ஏற்படக்கூடும். இந்த புண் உண்டானவர்கள் ஐஸ் பானங்களைச் சாப்பிடின் உடனே கபம் சேர்ந்து இருமி துப்பும்போது ரத்தமும் வரக்கூடும். இந்த புண் உண்டாகும் காலத்தில் சுரமும் தொடங்கும். நாளுக்குநாள் சீரண கோசங்களும் கெட்டுவிடும். பசி மந்தம் உண்டாகும். உடல் பலவீனமடைந்து கால்கள் ஓய்ந்துபோகும். நுணுக்கிருமல் இரவும் பகலும் இடையிடையே வரும். இதற்கு 'காசம்' அல்லது 'க்ஷயம்' என்று சித்தநூற்கள் பெயரிட்டுள்ளன. மேனாட்டு மருத்துவத்தில் T.B. என்பர். தற்சமயம் இதற்கு Streptomycin என்னும் ஊசி மருந்து T.B.க்கு சஞ்சீவி எனக் கருதுகின்றனர். இதைப்பற்றி நாம் எந்த விதமான கருத்தும் தெரிவிக்க விரும்பவில்லை. ஆயினும் குழந்தைகளுக்கு ஷை ஊசி மருந்து கொடுக்கக் கூடாது. அதுதான் பூச்சிகொல்லி மருந்து. அதை கொடுப்பின் குழந்தைகள் மெலிந்து உடல் தேறாமற் போய்விடும். ஆனால் சித்த மருந்துவத்தில் இவ்வியாதிக்குப் பூரண குணம் அளிக்கக்கூடிய மருந்துகள் பல உள்ளன.

க்ஷயத்திற்கு மருந்து (மருத்துவர்கள் செய்யக்கூடியது)

1.	சுத்தி செய்த தங்க ரேக்கு	...	5 கிராம்
2.	சுத்தி செய்த ரசம்	...	$1\frac{1}{4}$ ”
3.	சுத்தி செய்த கெந்தி	...	$2\frac{1}{2}$ ”
4.	சுத்தி செய்த நல்முத்து	...	10 ”
5.	சுத்தி செய்த பவழம்	...	20 ”

இவைகளில் தங்க ரேக்குடன் இரசம் விட்டரைக்க இணையும். பிறகு கெந்தி சேர்த்து அரைக்கவும். பிறகு மற்ற இரு சரக்குகளையும் சேர்த்து பிரண்டைச் சாற்றால் வெண்ணெய்போல அரைத்து வில்லைகள் லேசாகத் தட்டி அற காய வைத்து மண் அகலிலிட்டுப் பரப்பி 7-மண்சீலை செய்து 20-விறட்டிகளில் புடம். பிறகு எடுத்து ஷை பிரண்டைச் சாற்றாலரைத்து முன்போல 30 விறட்டியில் புடம். 3-வது முறையும் அரைத்து 40 விறட்டியில் புடம். 4-வது புடம் 50-விறட்டியில் 5-வது புடம். 100- விறட்டிகளில் புடமிட பற்பம். இந்த பற்பத்தை காலை வெண்ணெயில் 2-குன்றியளவு கொடுக்கவும். மாலை 2 குன்றியளவு தேனில் கொடுக்கவும். 48 நாட்களுக்குக் குறையாமல் கொடுக்க சுரம் குறைந்து புண் ஆறி க்ஷயம் குணமாகும். இந்த மருந்து செய்ய முதலீட்டில் பணச் செலவு அதிகமாகும். ஒரு முறை செய்தால் 20. 30 நோயாளிகளுக்குக் கொடுக்கலாம்.

பத்தியம் : புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய் கூடாது.

மற்றொரு முறை

சுத்தி செய்த பவழம் 50-கிராம். சிறு துண்டுகளாக்கிய மயிலிறகு கிராம் 50. ஒரு சிறிய மண் குடுவையில் மயிலிறகை பாதிபோட்டு நெருப்பில் வைத்து சுடவும். மயிலிறகு புகைந்து உருகி நின்ற பிறகு பவழத்தை

அர்குடுவைபிலிட்டு அதன்மேல் மற்றபாதி மயிலிறகை போட்டு எரிக்கவும். புகை அடங்கியதும் எடுத்து மேல் மூடியிட்டு மண்சீலை செய்து 20-விறட்டியில் புடமிடவும். ஒரளவுக்கு சுண்ணமாயிருக்கும். அதை அப்படியே எடுத்து நல்வேளையிலை, ஆடாதோடையிலை, முசுமுசுக்கிலை இம் மூன்றையும் அரைத்து ஷெ பவழத்தை அதில் சொருகி சீலைமண் செய்து 50 விறட்டியில் புடம். அருமையான சுண்ணமாயிருக்கும்.

இதில் 2-குன்றியளவு காலையில் வெண்ணெயில் மாலையில் தேனில் கொடுக்க க்ஷயம் (T.B.) குணமாகும். 2, 3, மாதங்கள் சாப்பிட வேண்டும். ரத்தமாய் கக்கும் க்ஷயம்கூட குணமாகும். கல்லீரலில் பொத்தல் விழுந்தாலும் ரத்த வாந்தி அளவுகடந்து எடுப்பர். இதற்கு ஷெ பற்பம் வேலை செய்யும். உடனடியாக ரத்தத்தை நிறுத்த ஒரு அவுன்ஸ் நீரில் ஒரு சிட்டிகை சரியபோளம் பொடியை கலக்கி 2-மணிக்கொரு முறை கொடுக்க உடன ரத்தவாந்தி நிற்கும். அதே விதம் பூங்காவி செந்தூரமும் கொடுக்கலாம். பிறகு இப் பற்பத்தை கொடுக்கவும்.

தலைக்கு

பஞ்சகல்பம் தேய்த்துக் குளிக்கவும்.

மற்றொரு முறை

தொண்டை என்னும் தலைப்பின்கீழ் எழுதியுள்ள க்ஷயச் சூர்ணத்தை தேனிலும், பவழ பற்பத்தை மேற் சொன்னபடி நெய்யிலும் கொடுத்துவர 'க்ஷயம்' (T.B.) குணமாகும்.

சுவாசகாசம் (Asthma)

இதை ஆஸ்துமா என்று ஆங்கிலத்தில் சொல்வர். இந்த வியாதிக்குக் காரணம் அலர்ஜி (Allergy) என்பர். அலெர்ஜி என்பது ஒரு வியாதியல்ல. காரணத்தை அறியாத வியாதிகளுக்கு அலர்ஜி என்று சொல்லது மேனாட்டு மருத்துவர்களுக்கு ஓர் பழக்கமாகி விட்டது.

சித்த மருத்துவத்தில் இந்தப் பிணி வருவதற்குக் காரணம் வயிற்றிலுண்டாகும், ஓர்வித வாயுவென்று சொல்லப்பட்டுள்ளது. சுலபமாக ஜீரணம் செய்யக்கூடிய ஆகாரங்கள் சாப்பிடுதல் நல்லது. சிலருக்கு பனிக்காலங்களிலும், மற்றும் சிலருக்கு கோடைக் காலங்களிலும் இவ்வியாதி பிடிக்கும். ஆரம்பத்தில் பனிக்காலங்களில் வரும் பிறகு கோடை காலத்திலும் தாக்கும்.

மருந்து

இருதரப்பாருக்கும் பொதுவான சில மருந்துகளை இங்கு குறிப்பிடுகிறேன். அஷ்டசூர்ணமென்பதைப் பற்றி மேலே சொல்லியுள்ளோம்.

உபயோகம்

இதில் $\frac{1}{2}$- தேக்கரண்டி சுடு சாதத்தில் சேர்த்து கொஞ்சம் நெய் விட்டுப் பிசறி முதல் இரண்டு கவளங்கள் சாப்பிடுதல் நலம். வயிறு உப்பிசமாக இருக்கும் சமயம் $\frac{1}{2}$- தேக்கரண்டி வாயிலிட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும். நாள் ஒன்றுக்கு 2, 3, முறைகள் சாப்பிடலாம். இதனல் வயிற்றில் உண்டாகும் உப்பிசம் குணப்பட்டு மூச்சடைப்பு குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

ஆடாதோடை இலைகளைப் புட்டவியல் மாதிரி செய்து (சட்டியில் தண்ணீர் விட்டு வாய்க்கு துணி கட்டி அதில் இலையை வைத்து மூடி அடுப்பேற்றி எரித்து கொதி வந்த 5-நிமிடங்களுக்குப் பின் இறக்கி) ஷ இலையை கசக்கிப் பிழிந்த சாறு 2- அவுன்சு, தேன் தேக்கரண்டி கலந்து 4- குன்றியளவு மிளகுப்பொடி கூட்டி உள்ளுக்கு காலை மாலை 40- நாட்களுக்கு சாப்பிட சுவாச காசநோய் குணமாகும். தொடர்ந்து சில மாதங்கள், வருடங்கள் சாப்பிட பூரண குணம் காணலாம்.

மற்றொரு முறை

பிரதி தினமும் காலை வெறும் வயிற்றில் வில்வக் கொழுந்து ¼- தோலா எடையுடன் மிளகு எண்ணிக்கையில் ஐந்து சேர்த்து மென்று பால் சாப்பிடவும். காலை ஐந்து மணிக்கு பச்சை தண்ணீரில் குளித்துவிட்டு பிறகு ஷ மருந்தைச் சாப்பிடவேண்டும். இப்படி 3- மாதங்கள் சாப்பிட ஷ வியாதி நிச்சயமாய் குணமாகும். மறுபடியும் ஆஸ்துமா தலைகாட்டாது.

அதிகாலை இருமல்

இதை Bronchitis என்று மேனாட்டு மருத்துவர்கள் சொல்வர். குறிப்பிட்ட நேரத்தில் அதாவது காலை 4- மணிக்கு இருமல் ஆரம்பித்து 2, 3, மணி நேரம் தொந்திரவு படுத்தும். இந்த வியாதி எந்த மருந்துக்கும் வசப்படாது.

மருந்து

வீட்டிலுள்ள கடுகை பட்டுப்போலரைத்து ஒரு சிடிகை தேனில் சாப்பிட இரண்டு வேளைகளிலேயே குணமாகும்.

மற்றொரு முறை (வைத்தியர்களுக்கு)

லிங்கம் 20 -கிராம் எடுத்து, வெள்ளாட்டு பித்து எண்ணிக்கையில் பத்து எடுத்து. அதிலிருக்கும் பித்து நீரை சுருக்கு கொடுக்க லிங்கம் மெழுகாகும். இந்த மெழுகில் அரிசியிடை நாள் 1-க்கு ஒரு வேளை, தேனில் கொடுக்க 3-நாட்களில் குணமாகும். திரிகடுகு அனுபானம் சேர்த்து கொடுக்கவும்.

பத்தியம்

புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய் கூடாது.

கௌமதி நால் சயச் சூர்ணம்

செய்முறை (தொண்டை என்னும் அதிகாரத்தில பார்க்கவும்.) அதை தேனில் 20-நாட்கள் சாப்பிடுதல் நல்லது.

பத்தியம்

இரவு ஆகாரம் மாலை 7 - மணிக்குள் முடிக்க வேண்டும். இரவில் மோர் உபயோகிக்கக் கூடாது. புகை பிடிப்பவர்கள் அறவே புகையை நீக்கவேண்டும். ஐஸ் பானங்கள் பச்சைத் தண்ணீர் தவிர்க்க வேண்டும். இந் நோயால் கோடை காலத்தில் தாக்கப்படும் நோயாளிகள் பச்சைத் தண்ணீரில் குளிப்பதே நலம். மலச் சிக்கலில்லாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும், மலச் சிக்கலுள்ளவர்கள் கீழ்க்கண்ட சூர்ணத்தை உபயோகித்தால் மிக்க பயனைத் தரும். குடல் வாதம் முதலிய வியாதிகளும் குணமாகும்.

மலச்சிக்கலுக்கு அறுவகை சூர்ணம்

(1) சிவதை, (2) மராட்டிமொட்டு, (3) ஓமம், (4) சீரகம், (5) இந்துப்பு வகைக்கு ஒரு பங்கு. (6) நிலாவரை

(Senna leaves) ஆறு பங்கு. ஓமம், சீரகம், இவைகளை லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். எல்லாவற்றையும் இடித்து சூரணமாக்கி சன்னமாக சலித்துக்கொள்ளவும். பிறகு இச் சூர்ணத்தை பசுவின்பாலில் புட்டவியலாய் அவித்தெடுத்து உலர்த்தி சலித்து புட்டியிலடைக்கவும்.

பொழுதோடு சாப்பிட்டு விட்டு இரவில் படுக்கும் சமயம், ஒரு தேக்கரண்டி இந்த சூர்ணத்தை வெந்நீரில் சாப்பிடவும். மலம் கழியும் பக்குவத்தை அறிந்து மருந்தை குறைத்தோ கூட்டியோ உபயோகிக்கவும்.

மற்றும் ஆஸ்துமா நோயாளிகள் மேற்சொன்ன பஞ்சகல்பம் தலைக்கு வாரத்திற்கு - இருமுறை தேய்த்துக் குளித்தால் மிக்க பயனைத் தரும்.

வயிறு

ஆகாரப்பையை சுத்தமாக வைத்துக்கொண்டாலன்றி நாம் நல்ல ஆரோக்கியத்தைப் பெற முடியாது. அசுத்தமான வயிறு, அழுக்குப் பானையில் சமையல் செய்வது போலாகும். அதை ஒவ்வொரு நாளும் சுத்தப் படுத்துதல் வேண்டும். சோற்றுப் பானையை சுத்தம் செய்வதன் முன், சோற்றைக் காலி செய்து விடுகிறோம். அதுபோல் அன்று சாப்பிடும் உணவு அன்று இரவு 3- மணிக்குள் காலியாகிவிட வேண்டும். அதற்கு நாமுண்ணும் காலமும் அளவும் மிக முக்கியம். மாலை 7- மணிக்குள் குறைந்த ஆகாரமே சாப்பிட வேண்டும். நாம் எதைச் சுத்தம் செய்ய வேண்டுமானாலும் தண்ணீரால் செய்கிறோம். வயிற்றில் சேரக்கூடிய அழுக்கை அன்றன்றே சுத்தப்படுத்த வேண்டும். அதெப்படியெனில் விடியற்காலை 4- அல்லது 5- மணிக்கு எழுந்திருந்து வாயை நன்றாக 4,5, முறைகள் கொப்பளித்துவிட்டு காய்ச்சி

ஆறிய தண்ணீரை ஒரு கோப்பை சாப்பிடவும். இது வயிறு, குடல், மூத்திரப்பை முதலியவைகளைச் சுத்தப் படுத்திக் கொண்டு மலசலம் நன்றாகப் பிரியும்படி செய்யும். மலச் சிக்கல் உள்ளவர்களுக்கும் இந்த முறை சஞ்சீவி போலாகும்.

நம் உடலில் கொழுப்பு சேராதபடி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். கொழுப்பு அதிகரிக்க அதிகரிக்க ஈரல், இருதயம், குடல் முதலிய எல்லா உறுப்புகளிலும் கொழுப்பு சேர்ந்து அவ்வவயவங்கள் இயங்கவேண்டிய சுறுசுறுப்பு குறைந்து மந்தமாகின்றன. இதனால் ஆயுள் குறைவதன்றி புற்று வியாதி, ஈரல் குலைக்கட்டி, நீரில் அடைப்புகள், பித்தப்பையில் கற்கள் முதலியன உண்டாகின்றன. ஆகவே இந்த கொழுப்பு உண்டாகக்கூடிய புலால் உணவுகளை அறவே ஒழித்தல் வேண்டும். காலாகாலத்தில் ஆகாரம் சாப்பிடவேண்டும். சில நண்பர்கள் நாக்குக்கு அடிமைகளாகி விடுகின்றனர். விருந்து சாப்பாடுகள் விரும்பி, கண்டகண்ட உணவு பதார்த்தங்களைத் தின்றுவிட்டு, திணறித் தடுமாறி உடலைக் கெடுத்துக்கொள்வர்.

ஆரோக்கியம் பெருகி ஆயுள் நீடிக்க வேண்டின் குறைந்த அளவில் சாப்பிடுதல் வேண்டும். ஆங்கிலத்திலும், Eat less & live long, என்ற பழமொழி கேட்டிருக்கிறோமல்லவா.

முக்கியமாக நம் நாட்டு வெப்பதட்ப நிலைமைகளுக்கு மோர், தயிர், கீரைகள், காய்கறிகள் பூசணி, புடலை முதலியனவே ஆகாரத்திற்குச் சிறந்தது.

வயிற்றில் புண்

வயிறு வலிக்கும், காரம் சாப்பிட்டால் எரிச்சல் தோன்றும். வயிற்றிலிருக்கும் புண்ணினால் வாயிலும்கூட

புண் வரும். காரம் சாப்பிட முடியாது. ஆங்கில மருத்துவர்கள் இதை "அல்சர்" என்பார்கள். இவ் வியாதி உடையவர்கள் புளி, காரம் முதலிய ஆகாரங்களை நீக்க வேண்டும்.

இதற்கு மருந்து

மாங்கொட்டையினுள் இருக்கும் பருப்பை, மணத்தக்காளிச் சாறு விட்டு அரைத்து, மாத்திரைகள் சுண்டைக்காய் அளவு செய்துகொண்டு உலர்த்தி காலை மாலை வேளைக்கு இரண்டு மாத்திரைகள் விதம் 40-நாட்களுக்குச் சாப்பிடவும். மோர் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடலாம், புண் ஆறிப்போகும்.

இந்த பருப்பை தனியா, மிளகாயுடன் அரைத்து புளிக்குழம்பு செய்து பெரியோர்கள் சாப்பிடுவதுண்டு. நாமும் அவ்விதம் ஏன் செய்யக் கூடாது?

மாசக்காயை பட்டுப்போல் நுணுக்கி வைத்துக் கொண்டு இரண்டு சிட்டிகைகள் அளவு, மோரில் அல்லது நெய்யில், அல்லது வெண்ணெயில் சாப்பிட புண்கள் ஆறிவிடும்.

பத்தியம்

மோர் சாதம், பால் சாதம், கஞ்சி வகைகள், இட்டிலி ரொட்டி, பிஸ்கட்டு முதலியன உட்கொள்ளலாம்.

மருத்துவர்கள் உபயோகிக்கக்கூடிய மருந்து

சிலாசத்து பற்பம், சங்கு பற்பம் சம எடை கூட்டி ½-கிராம் அளவு பகலின்பாலில் காலை-மாலை சாப்பிட பலவித குன்மநோய்கள் அகலும்.

வாயிலிருந்து அபானம் வரையில் காணும் புண்களெல்லாம் குணமாகும்.

வயிற்றில் எரிச்சல், வாய் புண் முதலியவைக்கு (Hyper Acidity)

சிலருக்கு வயிற்றில் எரிச்சல் ஏற்பட்டு, எப்பொழுதும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஆகாரம் சாப்பிட்டுக் கொண்டே இருக்கவேண்டியதாயிருக்கும். ஆகாரம் சாப்பிட்டதும் எரிச்சல் நின்றுவிடும் வயிறு காலியானதும். எரிச்சலும், கடுப்பும் உண்டாகும். இதை மேனாட்டு, மருத்துவர்கள் "Hyper Acidity" என்பர். இவ்வியாதியுள்ள சிலருக்கு வாய்ப் புண்ணும் இருக்கும். காரம் சாப்பிடின் வாய் எரியும்.

இதற்கு மருந்து

மேற்சொன்ன மாங்கொட்டை மாத்திரையை சில நாட்களுக்கு சாப்பிடுதல் சிறந்தது. 4, 5, நாட்களிலேயே குணம் தெரியும். டி சிலாசத்து பற்பம், சங்கு பற்பம் உபயோகிக்கவும்.

வயிறு பசி எடுக்க

1.	இஞ்சி தோல் சீவியது	...	கிராம்	100
2.	சீரகம்	...	"	10
3.	லவங்கப்பட்டை	...	"	10
4.	இந்துப்பு	...	"	20

இஞ்சியை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிக்கொள்ளவும். மற்ற மூன்று சரக்குகளை பொடி செய்துகொள்ளவும். எல்லாவற்றையும் ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாறு சரக்கு முங்க விட்டு சூரிய புடம் வைக்கவும். நன்றுயுலர்ந்த பின் பொடி செய்து வைக்கவும். ஒரு

சிட்டிகை வாயிலிட்டு சாப்பிட ஒரு மணி நேரத்தில் பசிதீபனம் உண்டாகும்.

மருத்துவர்கள், நெல்லிக்காய் கெந்தகத்தை நன்றாக சுத்திசெய்து, சம எடை சிலாசத்து பற்பம் கலந்து வைத்துக்கொண்டு காலே-மாலே ¼-இராம் அளவு தண்ணீரில் கொடுக்கவும். நல்ல பலன் தரும்.

குடல் (Intestines)

சிறுகுடல், பெருங்குடல் என இருவகைப்படும். இவைகளில் புண், குன்மம் முதலிய வியாதிகள் ஏற்பட்டால் மேற்சொன்ன காடிகார மெழுகு கொடுத்தால் குணமாகும். காலவரம்பு மீறி ஆகாரம் உட்கொள்வதாலும், வெட்டை முதலிய வியாதிகளாலும், குன்மம் வரக்கூடும். சிலருக்கு சாப்பாட்டிற்குப் பிறகு வயிற்று வலிவரும். இவர்கள் ஆப்பசோடா (Soda Bicarb) அரை தேக்கரண்டி, சோடா தண்ணீரில் அல்லது வென்னீருடன் உட்கொள்ள சில நாட்களில் குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

கந்தகத்தை உருக்கி வேம்பின் இலைச் சாற்றில் ஊற்றிச் சுத்தம் செய்யவும். 7- முறைகள் அவ்விதம் செய்ததை எடுத்து அதற்கு 8-ல் 2-பங்கு சங்கு பற்பம் 16-ல் 1- பங்கு கற்சுண்ணாம்பும் சேர்த்தரைத்து சீசாவில் வைக்கவும். இந்த பற்பத்தை காலே-மாலே ½-தேக்கரண்டியளவு பசுவின் பாலில் 43-நாட்கள் சாப்பிட எரி குன்மம், மேகருன்மங்கள் குணமாகும்.

குடல்வாதம் (Gas in the Intestines)

குடல் விக்கமடைந்து பேதியாகும். இதற்கு கஞ்சி முதலிய நீராகாரங்களைக் கொடுக்கவும்.

மருந்து

வசம்பும், ஓமமும் சம எடை நன்றாய் கருக்கி பொடி செய்து ¼- தேக்கரண்டியளவு 2- மணிக்கொருமுறை தண்ணீரில் சாப்பிட பேதி நிற்கும். தேனிலும் கொடுக்கலாம்.

பேதி அதிகமானால்

தேங்காய் ஒரு பத்தை, வெள்ளைப்பூண்டு 5- பல் இரண்டையும் அரைத்து உள்ளுக்கு 4- மணிக்கொருமுறை இரண்டு வேளைகள் சாப்பிட விக்கம் குறைந்து பேதி நின்றுவிடும். வைத்தியர்களாயின் மிளகளவு அன்னபேதி செந்தூரம் சேர்த்துக் கொடுத்தால், ஒருவேளை மருந்திலேயே குணம் காணலாம்.

மேற்படி மருந்துகளுக்கும் அடங்காமல் பேதியானல், கோழிமுட்டை வெண்கரு, அதனளவுஎலுமிச்சம் பழரசம் இரண்டையும் ஒன்றாக கலந்து உடனே சாப்பிடவும். ஆச்சரியமான குணம் காணலாம். தொடர்ந்து எத்தனை நாட்களானாலும் சாப்பிடலாம்.

வாயு அதிகம் போவதற்கு

சிலருக்கு நாள் முழுமையும் காற்று பிரிந்து கொண்டேயிருக்கும். "டர் டர்" என்ற சத்தமும் போடும்.

இதற்கு மருந்து

காய்ந்த கருவேப்பிலை, சுண்டைக்காய் வத்தல், ஓமம், கசகசா, சுக்கு, சம எடை. நெய்விட்டு தனித்தனியே வறுத்து இடித்துச் சூர்ணம் செய்துகொள்ளவும்.

அளவு

½ - தேக்கரண்டி அளவு காலை, மாலை வெந்நீரில் கொடுக்கவும். காற்று பிரிவது நின்றுவிடும்.

வாயு பிரிவதற்கு

பலருக்குக் காற்று வந்து அபானத்தில் அடைத்துக் கொண்டு வெளியே வராது. வயிறு இரையும். வயிறு மொடுமொடுவென்றிருக்கும். மூச்சுந் திணறலும் உண்டாகும்.

இதற்கு மருந்து

கெந்தியுப்பு (கருப்புப்பு என்றும் சொல்வர்) 50 கிராம், பொரித்த பால் பெருங்காயம் 25- கிராம், தோல் நீக்கிய சுக்குத்தூள் 10- கிராம்; இவைகளைப் பட்டுப் போல அரைத்து புட்டியிலடைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். ஒன்றிரண்டு சிட்டிகைகள் வெந்நீரில் 4- மணிக்கொரு முறை சாப்பிட காற்று சில நிமிடங்களில் பிரியும்.

உஷ்ண வயிற்றுவலி

உஷ்ணத்தினால் வயிறு இழுத்துப் பிடித்துக்கொண்டு வலிக்கும்.

மருந்து

சீரக கஷாயம் ஒரு கோப்பையளவில் 3- விரல்கள் பிடிக்கும் அளவுக்கு வெடியுப்பும் (Potassium Nitrate), ஒரு சிட்டிகை ஆப்பசோடாவும், கலக்கி உள்ளுக்கு கொடுக்கவும். வெடியுப்பு நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்.

மற்றொரு முறை

பனை வெல்லம் 20-எலுமிச்சம்பழ அளவு, கற் சுண்ணாம்பு மொச்சை அளவு, இரண்டையும் பிசைந்து உள்ளுக்கு சாப்பிட, வயிறு ஒருபக்கமாய் இழுத்துக் கொண்டிருப்பது சில நிமிடங்களில் குணமாகும்.

வெளிப்பிரயோகம்

வெடியுப்பை நுணுக்கித் தொப்புள் குழியிலிட்டு தண்ணீர் சொட்டு சொட்டாய்விட சில நிமிஷங்களில் ஷ்டி வயிற்றுவலி விட்டுப்போகும்.

மூத்திரப்பை (Kidney)

(நீர் தாரையில் வரும் பிணிகளுக்கு அதாவது மூத்திர தாரையில் எரிச்சல், வெள்ளை, ரத்தம் வருவதற்கு)

இப்பிணி மேக வியாதியினால் உண்டாகக் கூடியது. அளவுக்கு மிகுந்த வெப்பத்தினாலும் உண்டாகும்.

குங்கிலியக்குடி

இளநீர் ½- லிட்டரில், வெத்திலைக்கு உபயோகிக்கும் சுண்ணாம்பு ஒரு கொட்டைப்பாக்கு அளவு கலக்கி தெளி வெடுத்து, ஒரு அவுன்ஸ் நல்லெண்ணெய் ஊற்றி கலக்கி அதில் 3-கிராம் வெள்ளைக் குங்கிலியம் பொடி செய்து போட்டுக் கலக்கி வைத்துக்கொண்டு, காலை, மாலை இரண்டு அவுன்ஸ் வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுக்க 48 - மணி நேரத்தில் ஷ்டி வியாதிகள் குணமாகும். 2,3-வேளைகளுக்கு மேல் கொடுக்கக்கூடாது. ஏனெனில் மிக்க குளிர்ச்சியை உண்டாக்கி நடுமம், சுபம் முதலியன உண்டாகக்கூடும்

மூத்திர தாரையில் ரத்தம்

இவ்வியாதி பன்னிரண்டு வயதுக்குட்பட்டவர்களுக்கு வருவதுண்டு. வைசூரிகளில் இதுவும் ஒன்று. ஆங்கில மருத்துவர்களுக்குப் புரியாத வியாதிகளில் இதுவும் ஒன்று. இவ்வியாதியை தென்னாட்டில் செங்கமாரி என்பர். இது ஓர் கொடிய வியாதி. பெரியோர்களுக்கும் இக்காலத்தில் சாதாரணமாய் இருந்து வருகிறது.

இதற்கு மருந்து

கீழா நெல்லிச் செடியை வேருடன் பிடுங்கி அலம்பி இடித்துப் பிழிந்த சாறு ஒரு அவுன்ஸ். அப்பொழுது கறந்த 3- அவுன்ஸ் பசுவின்பாலில் விட்டு உள்ளுக்குத் தரவும். 4,5, நாட்கள் கொடுக்கப் பூரண குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

பூங்காவி, சமன் அளவு பொரித்த படிகாரம் சேர்த்து அரைத்து ½- தேக்கரண்டியளவு நெய்யில் அல்லது தண்ணீரில் கொடுக்கவும்.

மற்றொரு முறை

சோற்றுக் கற்றாழை மடல்கள் 10- வெட்டி, தோலை சீவிவிட்டு உள்ளிருக்கும் சோற்றை எடுத்து துண்டுகளாக்கி ஓர் பாத்திரத்தி விட்டுத் தண்ணீர் நிறையவிட்டு கலக்கி அலம்பி வடித்துவிட குழகுழவென்றிருக்கும். நீர் போய் விடும். அப்படி 10- முறைகள் செய்ய டீ சோறு பளிங்கு போலிருக்கும். அதை ஒரு சன்னத் துணியில் முடிந்து இரவில் ஒரு கயிற்றில் கட்டி தொங்க விடவும். காலையில் எடுத்து ஒரு பாத்திரத்திலிட்டு பனங்கற்கண்டு 3-பலம் அளவுக்கு (கூடக்குறைய இருந்தால் பரவாயில்லை) அதிலிட்டுச் சீரகம் 5- கிராம் சிவக்க வறுத்து அதனுள் விட்டு, 6- மணி நேரம் ஊறியபின் வேளைக்கு ஒரு குழம்புக்

கரண்டி அளவு சாப்பிடவும். தாராளமாய் வேண்டிய அளவு நாள் ஒன்றுக்கு 3- வேளைகள் காலை, மதியம், மாலை சாப்பிடவும்.

பத்தியம்

மோர் சாதம் சாப்பிடவும். 4.5. நாட்களில் குணமாகி விடும். சித்த வைத்தியர்கள் கலைமான் கொம்பு பற்பமும் (சிங்கி பற்பம்) டீ மருந்துடன் வெண்ணெயில் (கொடுக்கவும்.

மூத்திர அடைப்பு

கடையில் விற்கும் வெங்காரம் 50- கிராம், வெடி உப்பு 50-கிராம் வாங்கி பொடி செய்து ஒரு சட்டியிலிட்டு கீழே நெருப்பிட்டு சூடாக்க இரண்டும் பொரிந்து பற்பமாகும். அதை எடுத்து 2-கிராம் அளவு ஒரு இளநீரில் உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும் 10-நிமிடங்களில் நீர் இறங்கும். நிறைந்த கர்ப்பிணிகளுக்கு சில சமயங்களில் நீர் அடைபட்டுவிடும். அச்சமயம் டாக்டர்களிடம் போக வேண்டிய அவசியமில்லை. மருத்துவம் தெரியாதவர்களும் இதைச் செய்து உபயோகிக்கலாம். குற்றமே வராது.

வைத்தியர்களுக்கு முறை

வெள்ளை முள்ளங்கியைத் துளைத்து வெங்காரத்தை அதில் செலுத்தி முள்ளங்கித் துண்டுகளால் பொத்தலை மூடி. சீலை மண் 5- செய்து குக்குடபுடமிடவும் உள்ளே வெங்காரம் பொரிந்து இருக்கும். கருகிய பாகத்தை சுத்தமாய் சீவி எடுத்து எறிந்துவிட்டு, வெண்மையான பற்பத்தை நுணுக்கி புட்டியில் அடைக்கவும். 3-கிராம் அளவுக்கு பற்பத்தை எடுத்து (அதிகமாகவும் சமயத்தை அனுசரித்தும் கொடுக்கலாம்) இளநீரில் கலக்கிக் கொடுக்க உடனே நீரடைப்பு தீரும்.

60- வயதுக்கு மேல் வரும் மூத்திர அடைப்பு

இதை சதையடைப்பு என்பர் சிலர். கல்லடைப்பு என்பர் சில மருத்துவர்கள். ஆங்கிலத்தில் **Prostate Enlargement** என்பர்.

மருந்து

வாழை மரத்தை வெட்டியபிறகு பூமியிலுள்ள கிழங்கில் ஓர் பள்ளம் வெட்டி மூடி வைத்தால் நீர் வரும், அந்த நீர் எடுத்து வடிகட்டி 3- அவுன்சில் வெத்திலைக்குப் போடும் சுண்ணும்பு 2- கிராம் அளவு கலக்கி தெளிவிருத்து டி சொன்ன வெங்கார பற்பத்தையும், ஆப்பசோடா ஒரு சிட்டிகையும் சேர்த்து உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். 2,3, நாட்கள் காலை மாலை கொடுக்கவும். 2-வேளைகளில் குணம் தரும். மேற்சொன்ன குங்கிலியக்குடி என்னும் மருந்தையும் கொடுக்கலாம்.

வைத்தியர்களுக்கு (வெள்ளி பற்பம்)

நயவெள்ளி, வெள்வங்கம், சம எடை உருக்க நொறுங்கும். அதனை எடுத்து அதனுடன் சம எடை ரசம் சேர்த்து அரைக்க வெண்ணெபோலாகும். எல்லாம் சேர்ந்த எடைக்கு இரண்டு பங்கு பொரித்த முட்டை ஓடு சேர்த்து கோழி முட்டை வெண்கரு விட்டு மெழுகு திரள அரைத்து 10- விறட்டியில் புடம் வைக்கவும். பற்பமாகும். கருமையாயிருப்பின் மற்றொரு புடமிடவும்.

அளவு

மேற்படி பற்பம் குன்றியிடை, வெங்கார பற்பம் சம அளவு சேர்த்து, வெண்ணெய் அல்லது நெய்யில் கொடுக்க மூத்திர அடைப்பு உடையும். தாது புஷ்டியாகும்.

மூத்திரப்பையில் கல் (Stone in the Kidney):

வாழைத்தண்டை பச்சையாக நறுக்கி தயிரிலிட்டு தாளித்து தயிர் பச்சடி செய்து கொள்ளவும். உணவுடன் கூட்டி சாப்பிடவும். வெள்ளி பற்பத்தையும் சாப்பிடவும். 20- நாட்களில் கல் கரைந்து கல்லின் அளவு குறைந்தவுடன் நீர் துவாரத்தின் வழியே வெளி வந்துவிடும். இதற்கு ஆபரேஷன் வேண்டாம்.

மருத்துவர்களுக்கு

கல்மத பற்பம், சிலா பற்பம், வெங்கார பற்பம், வெள்ளி பற்பம் சம எடை கலந்து கொட்டை பாக்களவு வெண்ணெய், தேனில் கொடுக்க சதையடைப்பு கல்லடைப்பு தீரும்.

நீரிழிவு

இவ் வியாதி 50 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு உண்டாகும். சிறுநீர் இரவில் 5, 6, முறைகளும் போகும். சிலருக்குத் தூக்கத்தில் தன்னையறியாமலே மூத்திரம் போகும். கால்கள் குடையும். நரம்புகள் சக்தியற்றுப் போவதால் இவ்வியாதி யுண்டாகிறது. மேகத்தினுலும் உண்டாகும். துஷ்ட பெண்கள் உறவினுல் இந்நோய் சிறுவயதினருக்கும் வருவதுண்டு.

இதற்கு மருந்து

கருடக்கல் 50- கிராம் ஒரே கட்டியாக வாங்கி அகத்திக் கீரையை அரைத்துக் கவசங்கட்டி சீலைமண் 7- செய்து உலர்த்தி, சீலை உலர்ந்த பக்குவத்திலெடுத்து 50- விறட்டியில் புடம் போட்டு எடுத்துக்கொண்டு கல்வத்திலிட்டு, அகத்திக்கீரை சார் விட்டரைத்து வில்லை தட்டி

காய வைத்து மற்றொரு புடம் போட்டு எடுத்து பட்டுப்போலரைத்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

அளவு

½- தேக்கரண்டியளவு மேற்படி பற்பம் வெண்ணெயில் கலந்து ஒரு மண்டலம் கொடுக்கவும் தாது. நரம்பு முதலியன வலிமை பெறும். நன்றாய்ப் பழுத்த விளாம் பழத்தை ஒரு வாரம் சாப்பிட நீர்திவு குணமாகும். என் 1- தேக்கரண்டியளவு இரவு படுக்கும்போது தண்ணீரில் சாப்பிடவும்:

மற்றொரு முறை

விராலி இலை 6- எடுத்து காலை வெறும் வயிற்றில் மென்று சாப்பிட்டு பசுவின்பால் சாப்பிடவும். 20- நாட்கள் சாப்பிடவும்.

விரை வீக்கம்

காமத்தால் பீஜம் அடிக்கடி எழும். அதற்குத்தக்க பிரயோகமில்லாத காலங்களிலும் அல்லது மலச்சிக்க லாலும் இவ்வியாதி வரும் சைக்கில் ஓட்டுபவர்களுக்கும் விரை வீக்கம் உண்டாகும்.

இதற்கு மருந்து

ஊமத்தன் இலைச் சாறெடுத்து விரைகளின் மேல் பூசிவிட உடனே வலி குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

ஒரு பக்கம் விரை வீக்கத்திற்கு முருங்கைப்பூவை புட்டவியல் செய்து விரையின்மேல் வைத்து 3- நாட்கள் கட்ட துர்நீரை இழுத்துவிடும்.

ஆண் குறியில் புண்கள்

5- கிராம் ரசகற்பூரத்தை பட்டுப்போல் நுணுக்கி 50- கிராம் வெண்ணெயில் கலக்கி புண்களுக்குத் தடவ 2, 3, நாட்களில் குணமாகும்.

அண்ட வீக்கம்

விரைகள் வீங்கும். சில நேரங்களில் ஒரு பக்கமும் மற்ற சில நேரங்களில், இரண்டு பக்க விரைகளும் வீங்கும் இதனால் விரைகள் கீழே இழுக்கும். நரம்பு வீங்கி வலிக்கும்.

இதற்கு மருந்து

இலுப்பைப் பிண்ணாக்குத்தூளை (அரப்பு என்றும் சொல்வர்) சோற்றுக்கஞ்சித் தண்ணீர் விட்டரைத்து பட்டாணி அளவு மாத்திரைகள் செய்து கொள்க. காலை மாலை 2- மாத்திரைகள் வெந்நீருடன் கொள்ள 10- அல்லது 15- நாட்களில் குணமாகும்.

மற்றொன்று

கெச்சப்பருப்பை எலுமிச்சம் பழரசத்தில் அரைத்து பட்டாணி அளவு மாத்திரைகள். காலை, மாலை, 1- மாத்திரை பொடி செய்து வெந்நீரில் தொடர்ந்து சாப்பிட வீக்கம் குறையும்.

மூல வியாதிகள் (Piles and Fistula)

இவ்வியாதியும் மேகத்தால் வரக்கூடியது. ரத்தம் சுத்தமின்மையால் இவ்வியாதி துன்புறுத்தும். மலம் போகுமுன் அல்லது மலம் கழிந்தபின் ரத்தம் சிலருக்கு வரும், சிலருக்கு மலத்துடன் இணைந்துவரும். அநேகமாய் இது பரம்பரை வியாதியாகவே நிகழ்கிறது

குறிப்பு :—மூல வியாதியுடையவர்கள் புலால் சாப்பிடின் எவ்வித மருந்து சாப்பிடினும் மூல வியாதிக் குணமாகாது.

புலால் சாப்பிடுவதை உடனடியாக நிறுத்த வேண்டும்.

மூலத்தில் ரத்தம் சொட்டுவதற்கு, குப்பைமேனி இலையை அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு மூன்று உருண்டைகள், ஒரு கோப்பை பசுவின்பாலுடன் சாப்பிட, உடனே ரத்தம் போவது நின்றுவிடும். பிறகு நிரந்தரமாகக் குணமடைவதற்கு கீழ்க்கண்ட எண்ணெயை தயார் செய்து வைத்துக்கொண்டு ஒரு மண்டலம் சாப்பிடவும்.

1. குப்பைமேனிச்சாறு 1 லிட்டர்
2. சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 1 "

இரண்டும் கலந்து காய்ச்சி நைலபதத்தில் இறக்கி வடித்துக் கொண்டு, இரவில் படுக்கும் சமயம் 2- தேக்கரண்டி பசுவின் பால் 1- அவுன்ஸில் விட்டு சாப்பிடவும்.

மூலக்கடுப்பு

மாங்கொட்டையிலிருக்கும் பருப்பெடுத்து மணத்தக்காளிச் சார் விட்டரைத்து சுண்டைக்காயளவு மாத்திரைகள் செய்து உலர்த்தி, வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை விதம் நாள் ஒன்றுக்கு 3- வேளைகள் மென்று சாப்பிட்டு தண்ணீர் சாப்பிட கடுப்பு நீங்கும்.

மூலம்: பவுந்திரத்திற்கு மூலிகை (Piles & Fistula)

குப்பைமேனி சமூலம் நிழலிலுலர்த்திப் பொடி செய்து அதனளவுக்கு ¼- பங்கு திப்பிலியை வறுத்துச் சூரணம் செய்து சேர்த்து வைத்துக்கொண்டு ¼- தேக்கரண்டி அளவு காலை மாலை பாலுடன் அல்லது தண்ணீருடன் சாப்பிடவும். 2, 3, மாதங்கள் சாப்பிட மூலம், பவுந்திரம் குணமாகும்.

வைத்தியர்களுக்கு

1. அன்னபேதி 1 பாகம்
2. வெடியுப்பு 1 பாகம்
3. மிருதார்சிங்கி ½ பாகம்

எல்லாவற்றையும் பழச்சாறு விட்டரைத்து 3- புடங்களிட செந்தூரமாகும். இதில் 2- குன்றியளவு காலை, மாலை தேனில் சாப்பிட மேற்படி வியாதிகள் குணமாகும்.

மற்றொன்று

1. லிங்கம் 16 கிராம்
2. பூங்கற்பூரம் 2 "
3. போவர்ஸ் பௌடர் 1 "

3-வது பௌடர் ஆங்கில மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்.

இதில், லிங்கத்தை படிகாரத்தில் வைத்து படிகாரம் பொரியும்வரை சூடு செய்ய லிங்கம் சுத்தியாகும்.

பிறகு லிங்கத்தை மைபோல் அரைத்து பிறகு கற்பூரத்தை சேர்த்தரைத்து அதன் பிறகு போவர்ஸ் பௌடரை சேர்த்தரைத்து புட்டியிலடைக்கவும்.

அளவு :—குன்றியளவு காலை, மாலை தேனில் சாப்பிடவும்.

குணம் :—2- (அ) 3- வேளைகளில் ரத்தம் நின்று விடும். இது ஒரு நல்ல பிரயோகம்.

குறிப்பு ரத்தம் நின்றவுடன் மருந்தை நிறுத்தி விடவும். 5- வேளைகளுக்கு மேல் கொடுத்தால் சிலருக்கு மலச்சிக்கல் உண்டாகி வயிறுப்பிசம் உண்டாகும்.

மற்றொரு முறை

கல்மதம், கல்நார், சிலாசத்து இவைகளை குமரிச் சாற்றிலரைத்து 5- புடங்கள். பிறகு சாத்துக்குடி சாற்றிலரைத்து ஒரு புடம். வேளைக்கு 4- குன்றியளவு வெண்ணெயில் அல்லது நெய்யில் கொடுக்கவும்.

ரத்த மூலத்திற்கு

புளித்த சாதந் தண்ணீர் ஒரு சட்டியில் பாதிக்கு ஊற்றி சட்டி வாயில் துணி வேடுகட்டி, அதில் கவிழ்தும்பை இலைகளை வைத்து அவித்தெடுத்து நிழலிலுலர்த்தி சூர்ணம் செய்து, அதற்கு 2-பங்கு பனைவெல்லம் சேர்த்து அரைத்து கச்சக்காய் அளவு 9-வேளைகள் கொடுக்க ரத்த மூலம் நின்றுவிடும்.

மற்றொரு முறை

கிரந்தி நாயகம் (பட்டாஸ் செடி என்பர். பூ நீல வர்ணமாயிருக்கும்) படர்ந்திருக்கும். அதன் இலைகளைக் கொணர்ந்து அரைத்து கச்சக்காய் பிரமாணம் பசுவின் பாலில் 3, 5, நாட்கள் காலை மாலை கொடுக்க ரத்த போக்கு உடனே நின்று விடும்.

மூலம் பவுந்திர நோய்க்கு

அடிக்கடி உணவில் துத்திக் கீரையை பருப்பிலிட்டு கடைந்து உணவுடன் சேர்த்து சாப்பிடுதல் நல்லது.

பவுந்திரம்

இது ஆசனத்துக்குள் அல்லது ஆசனவாய் அருகில் முதலில் சிறிய கட்டிபோல் தோன்றும். பிறகு வெடித்து சீழும் நீரும் வரும். பிறகு ஆறும். மறுபடியும் வரும். அதன் பிறகு நீளமான குழிப்புண் விழும். சிலருக்கு

புட்டத்திலேயே பொத்தல் விழுந்துவிடும். இவ்வியாதியை ஆரம்ப நிலைமையிலிருக்கும்போது வெகு சுலபத்தில் குணப்படுத்தலாம். சிறிய கட்டியாயிருக்கும்போதே எருக்கலம் பாலை கட்டிக்கு அடித்து வந்தால் 4, 5, நாட்களிலேயே புண் ஆறிவிடும். மறுபடியும் அந்த இடத்தில் பவுந்திரப் புண் வராது.

பவுந்திரத்துக்கு மூலிகை மருந்து

குப்பைமேனியிலையை நன்குயரைத்து பெரிய வடை அளவு அடைகள் 4- தட்டி, விளக்கெண்ணெய் ½- லிட்டர் விட்டு காய்ச்சி அடைகள் முறுக வெந்ததும் எடுத்து இறக்கி, அந்த அடைகளில் கொஞ்சம் சாப்பிட்டு எண்ணெயில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு, பசுவின்பாலில் விட்டு இரவு படுக்கும் சமயம் சாப்பிடவும். இப்படி 20-நாட்கள் சாப்பிட பவுந்திரம் (ரத்தம், சீழ்) குணமாகும்.

மருத்துவர்களுக்கு மற்றொரு முறை (மூலத்துக்கு)

1. அன்னபேதி 100 கிராம்
2. வீரம் ... 25 கிராம்

அன்னபேதியை பொடி செய்து, பாதி மண் குடுவையிலிட்டு பரப்பி, வீரத்தை பொடி செய்து அன்னபேதியின் மீது பரப்பி, மிகுதி அன்னபேதி பொடியை மேலேயிட்டு எலுமிச்சம்பழச்சாறு சரக்கு மூங்கவிட்டு சீலைமண் செய்து உடனே குக்குடபுடமிடவும். செந்தூரமாகும்.

பிரயோகம்

குன்றியிடை தேனில் காலை, மாலை.

தீரும் வியாதிகள்

அசாத்திய சுரம், மூலரத்த ஒழுக்கு முதலியன. பசியைத் தூண்டும்.

ரத்த மூலத்துக்கு : மூலம் வெளிவந்ததற்கு

ஆனை நெருஞ்சில் காய், இலை, பூ, வேர் சமூலமும் கழுவி துண்டு துண்டாய் கத்தரித்து 100, கிராம் எடைக்கு ½- லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு காய்ச்சி ¼- லிட்டராக சுண்டியதும் பனங்கற்கண்டு சேர்த்து வடி கட்டி சாப்பிடவும்.

வயிற்றுக் கடுப்பு (சீதபேதி —Bacillary Dysentery)

ரத்தமும் சீதமும் போகும். இதற்குக் காரணம் குடலிலேயோ அல்லது அபானத்திலேயோ புண் இருப்பது. வயிறு வலித்து வலித்து ரத்தம் சீதம் போகும். கக்கூசிலேயே உட்கார்ந்திருக்கலாம் போலிருக்கும்.

இதற்கு மருந்து

ஊமத்தன் இலைகளைக் கசக்கி 3- சொட்டுகளுக்கு மேற்படாமல் எருமைப்பால் அல்லது தயிரிலிட்டு 3- நாட்களுக்கு—காலையில் மாத்திரம் கொடுக்க 3- நாட்களில் குணமாகும். பல மாதங்கள் நீடித்த வியாதியாயிருப்பினும் குணமாகும்.

ஊமத்தன் இலை விஷமென்று பயப்பட வேண்டியதில்லை. அளவுடன் உண்ண விஷங்களும் உடலுக்கு நன்மையே. அளவுக்கு மிஞ்சினால் அமிர்தமும் விஷம் என்பது கவனிக்கத்தக்கது.

மற்றொரு முறை

சிலாசத்து பற்பம், பூங்காவி செந்தூரம் இரண்டும் சேர்த்து நெய்யில் கொடுக்கவும்.

அம்மாம் பச்சரிசி என்ற மூலிகை எங்கும் கிடைக்கும். இதன் இலைகளை அரைத்து எலுமிச்சங் காயளவு ஒரு கோப்பை மோரில் கலந்து (காலை—மாலை) சாப்பிட 2- நாட்களில் குணமாகும்.

கால் வீக்கம்

பாதங்களில் நீர் சுரந்து கொள்ளும். காலையில் சாதாரணமாயிருக்கும். மாலை நேரம் நெருங்க நெருங்க பாதங்களில் சுரப்பு ஏற்படும்.

இது பல காரணங்களால் வரக்கூடும். இருதயம் பலவீனப்பட்டால், கல்லீரல் வீக்கமடைந்தால், ரத்தமின்றி சோகை ஏற்பட்டால், யானைக்கால் சுரம் ஏற்பட்டால் இவ்வித வீக்கம் ஏற்படக்கூடும். இவைகளில் எந்தக் காரணத்தால் இவ்வியாதி ஏற்பட்டதென்பதை யூகித்து அறிதல் வேண்டும்.

இவைகளுக்கெல்லாம் மருந்துகள் அதனதன் தலைப்பில் எழுதப்பட்டுள்ளன.

சுரங்கள்

முறை சுரம் (மலேரியா)

குறிப்பிட்ட நேரத்தில் முதலில் குளிருடனும் அதைத் தொடர்ந்து அசாத்திய சுரமும் வரும். சில மணிகள் கழிந்ததும் உடல் வியர்த்து சுரம் திடீரென்று நின்றுவிடும்.

யானைக்கால் சுரம்(Filaria)

இது அநேகமாய் இரவில் 12 மணிக்குக் குளிரும். சுரமும் அடுத்தடுத்து வரும். வாய் கசக்கும். கால் வீங்கி வலிக்கும்.

இவைகளுக்கு மருந்து

குப்பைமேனி இலை எண்ணிக்கையில் ஒன்பது, மிளகு ஆறு, சேர்த்தரைத்து உருட்டி காலையில் வெறும் வயிற்றில் உள்ளுக்குச் சாப்பிட்டுவிட்டுப் பசுவின்பால்

சாப்பிடவும். அன்று உப்பில்லாப் பத்தியம் முக்கியம். மறுநாளிலிருந்து சுரம் வராது. 2, 3, நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிடுதல் நல்லது.

கால், கை, வீக்கம் வருவதற்குமுன் இம் மருந்தை கொடுப்பின் நல்ல பலனைத் தரும். வீக்கம் கண்டபின் வாரத்திற்கொரு முறை இம் மூலிகையை 3- நாட்களுக்குக் கொடுக்கவும், வீக்கம் கொஞ்சம் குறையும். அதிக வீக்கமிருந்தால் பூரண குணமடையாது. ஆனால் சுரம் வருவது நின்றுவிடும்.

மற்றொரு முறை (நடுராத்திரியில் வரும் முறை-சுரத்திற்கு)

பூண்டு பல் 15, மிளகு எண்ணிக்கையில் 20, எருக்கிலை மொட்டு 5 இவைகளை அரைத்து சுரம் வந்த அன்று முதல் மூன்று நாட்களுக்கு காலை மாலை உள்ளுக்கு கொடுக்க மறுபடியும் சுரம் வராது. உப்பில்லாமல் 3_நாட்களும் சாப்பிட வேண்டும்.

பித்த சோகையால் கால், வயிறு வீக்கம்

Nephritis Anaemia

இது ஈரலைப் பற்றிய நோய். ஈரல் கெட்டதும் மூத்திரப் பையும் (Kidneys) கெட்டுவிடும்.

மருந்து

சிறுபீளை (கண்ணுபிள்ளை) வேருடன் இரண்டு மூன்று செடிகளைப் பிடுங்கி தண்ணீரில் அலம்பி நையத்தட்டி கட்டியிவிட்டு எண்ணிக்கையில் 30_ மிளகுகளைப் பொடி செய்து போட்டு 2- லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றிக் காய்ச்சி ½-லிட்டராக வற்றியதும் வடிகட்டி வேளை ஒன்றுக்கு 3- அவுன்ஸ் வீதம் (நாள் ஒன்றுக்கு மூன்று வேளைகள்) 3- நாட்களுக்குக் கொடுக்க வீக்கம் குறைந்துவிடும். ஆனால் மறுபடியும் வரக்கூடும்.

பிறகு கீழ்க்கண்ட கஷாயத்தை 6- நாட்களுக்குக் கொடுக்க மறுபடியும் வீக்கம் வராது. ரத்தம் உடலில் பரவும். இது அனுபவித்தது.

1. மல்லி
2. சுக்கு
3. மிளகு
4. திப்பிலி
5. குக்கில்
6. சுண்டைக்காய்வத்தல்
7. மஞ்சள்
8. அதிமதுரம்
9. தானிக்காய்
10. கடுக்காய்
11. நெல்லிமுள்ளி
12. கருஞ்சீரகம்
13. பேய்புடல்

வகைக்கு கிராம் 2. ஆகமொத்தம் 26_கிராம்.

இத்துடன் சேர்க்கவேண்டிய பச்சை மூலிகைகள்

1. நெல்லி சர்க்கு
2. கருவேப்பிலை சர்க்கு
3. மாவிலங்கம் பட்டை
4. ஆடாதோடை பட்டை
5. வேப்பன் சர்க்கு
6. சிறுதும்பை
7. கள்ளிப்பட்டை
8. சிறுநெருஞ்சில்
9. சங்கம் வேர்
10. இசங்கம் வேர்
11. பசுவின்பால்

வகைக்கு கிராம் 60. ஆக மொத்தம் 660 கிராம்.

86- கிராம் இரும்பு கிட்டத்தூள் எலுமிச்சம் பழம்-2 (துண்டுகள் செய்தவை) எல்லாவற்றையும் மண்பானையி விட்டு மொத்த எடைக்கு 8- பங்கு தண்ணீர் விட்டு காய்ச்சி 1- பங்காக சுருக்கவும். பானையிலிருந்தே கஷாயத்தை 3- அவுன்ஸ் கரண்டியில் எடுத்து வடிகட்டி காலை மாலை 6- நாட்களுக்கு விடாமல் கொடுக்கவும். ஒவ்வொரு நாளும் கஷாயத்தை சுடவைத்து வடிகட்டிக் கொடுக்கவும்.

இக்கஷாயம் ரத்தமில்லாமல் சோகை பிடித்தவர்களுக்கு உயிரையே கொடுக்கும். இது நான் கண்ட அனுபவம். கை விடாதீர்கள். 6- நாட்கள் இடைவிட்டு மறுபடியும் 9- நாட்களுக்குத் தர புத்துயிர் வரும்.

முக்கியம்

இக் கஷாயம் கொடுக்கும்முன், இரண்டு முறை பேதியாகும்படி ஏதாவதொரு பேதி மருந்தைக் கொடுக்கவும்.

ஐயவாத சுரம் (Inflnenza)

இந்த சுரம் சாதாரணமாய் மக்களைப் பனிக்காலங்களில் தாக்கும். மூக்கடைப்பு, நெஞ்சில் சளி, கால் கைகள் குடைச்சல், தலைகனம், மேல் கனகனப்பு முதலிய குறிகள் காணும். சிலருக்கு தாகமும் இருக்கும். நாக்கு ருசியற்றுப் போகும். சிலருக்கு சுரம் வருவதற்கு முன் குளிரும் வரும்.

இதற்கு மருந்து

1.	நிலவேம்பு	கிராம்	10
2.	பேய்புடல்	"	10
3.	சித்தரத்தை	"	10
4.	கொடிவேலி	"	10
5.	தாளிசபத்திரி	"	10
6.	மிளகு	"	5
7.	பனைவெல்லம்	"	30

1-முதல் 6-சரக்குகளை ஒன்றிரண்டாய் இடித்துக்கொள்ளவும். பிறகு எல்லாவற்றையும் சட்டியிலிட்டு வெல்லம் சேர்த்து 8-கோப்பைகள் தண்ணீர் ஊற்றி 2- கோப்பைகளாக வற்றவைக்கவும். எடுத்து வடிகட்டி வேளை

ஒன்றுக்கு ½- கோப்பைவீதம் 4- மணிக்கொரு முறை சாப்பிடவும். இரண்டு நாட்களில் சுரம் முதலிய குறிகள், மறைந்து போகும். தலை கனமிருந்தால் தலையென்னும் அதிகாரத்தில், தலை கனத்திற்கு குறிப்பிட்டிருக்கும் கண்ணிலிடும் கலிக்கத்தை உபயோகிக்கவும்.

மற்றொரு மருந்து

1.	பேய் மிரட்டி இலை	1	கைப்பிடி
2.	மிளகு	1	தேக்கரண்டி

மிளகை பொடி செய்யவும். ஷெ இலையை வதக்கி மிளகு சேர்த்து தண்ணீர் 8-கோப்பைகள் ஊற்றி இரண்டு கோப்பைகளாக வற்றவைத்து வடிகட்டி ½- கோப்பை வீதம் 4- மணிக்கொருமுறை கொடுக்க சுரம் 2- நாட்களில் குணமாகும்.

மருத்துவர்களுக்கு

வச்சிரகண்டி செந்தூரம் குன்றியளவு, அன்ன பேதி செந்தூரம் ஒரு அரிசி யிடை, திரிகடுகு குன்றியளவு சேர்த்து தேனில் கொடுக்க இரண்டு வேளைகளிலேயே ஷெ சுரம் ஆச்சரியமாக குணமாகும்.

(புலஸ்தியர்) வச்சிரகண்டி மாத்திரை செய்முறை

இது பாஷாணங்களினால் செய்யப்படும் மருந்தானதால் மருத்துவர்கள் மாத்திரந்தான் இதை செய்ய வேண்டும். பாஷாணங்களை சுத்தி செய்யவும்.

1.	லிங்கம்	80	கிராம்
2.	பூரம்	10	"
3.	வீரம்	10	"
4.	ரசசெந்தூரம்	20	"

அதனைதன் எடைப்படி கூட்டி முதலில் லிங்கத்தை அரைத்து, அதன்பின் பூரம் சேர்த்தரைத்து. அதன்பின் வீரம் சேர்த்தரைத்து, அதன்பின் ரசசெந்தூரம் சேர்த்து அரைத்து, பிறகு எலுமிச்சம் பழரசத்தைவிட்டு 3- மணி நேரம் அரைக்கவும். பிறகு இஞ்சிச் சாற்றால் 3- மணி நேரம் அரைத்து உலர்த்தி செந்தூரமாகவே வைத்துக் கொள்ளவும்.

அன்னபேதி செந்தூரம்

அன்னபேதி 100- கிராம் ஒரு புது மண் குடுவையிலிட்டு, எலுமிச்சம் பழச்சாறு சரக்குமேல் ஒரு அங்குலமிருக்கும்படி விட்டு சீலைமண் செய்து 20- விறட்டியில் புடமிட, செந்தூரம் ஆகும். எடுத்து பட்டுபோல் அரைத்து வைக்கவும்.

முடக்கு வாதம் (Rheumatism)

கை, கால் முட்டிகளில் வீக்கம், வலி

உஷ்ண மிகையினால் பிரிக்கப்பட்ட நீர், முட்டிகளில் தங்கி இப்பிணி மிக்க உபத்திரவத்தைக் கொடுக்கும். இதற்கு முடக்குவாதமென்பர். சிலர் தோள்களில் கண்ணுக்குத் தெரியாத வீக்கங்கண்டு கைதூக்க முடியாமல் சங்கடப்படுவர். கையை ஆட்டும்போது பொறுக்க முடியாத வலியுமிருக்கும் இதற்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் Rheumatism, Arthritis என்பர். ரத்தக்குறைவினாலும் நரம்பு தளர்ச்சியினாலும் அல்லது மனச் சஞ்சலத்தினாலும் இப் பிணி வருவதுண்டு. கணுக்களில் வலியும், வீக்கமும் ஏற்படும்.

இப்பிணிக்கு முதல் மருந்து, புலால் உண்ணுவதை நிறுத்துவதே. புலாலில் 100-க்கு 90- பங்கு அழுக்குத்

தன்மையுள்ளதென்பதை விஞ்ஞான மேதாவிகள் கண்டுபிடித்துள்ளனர். சுலபமாய் சீரணிக்ககூடிய காய்கறிப் பொருள்களையே உபயோகம் செய்யவேண்டும். மனக் கவலைகளை ஒதுக்கி வைக்கவேண்டும்.

மருந்து

கீழ்க்கண்ட மருந்தை விவரம் தெரிந்த சித்த மருத்துவர்கள் தான் செய்யவேண்டும்

சுத்திசெய்த வீரம் 20- கிராம். வீரத்திற்கு 20-கோழி முட்டை வெள்கரு சுருக்குக் கொடுக்கவும். பிறகு வெடியுப்பு 20- கிராம், சுத்திவானம் 20-கிராம், நெத்து தேங்காயைத் திருவி பிழிந்தபாலில், மேற்படி சரக்குகள் எல்லாவற்றையும் சேர்த்து மெழுகுபோல் அரைக்கவும். பிறகு 7- தேங்காய்கள் துருவி தண்ணீர் விடாமல் பிழிந்து பாலெடுத்து, அந்தப் பாலில் மேற்படி கல்கத்தை கரைத்து காய்ச்ச எண்ணெ வரும் அடி மண்டியும், எண்ணெயும் வேறாக பிரிந்த உடன் எண்ணையை எடுத்து வடித்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

உபயோகிக்கும் முறை

10- முதல் 20- சொட்டுகள் வரையில் உடல்பலமறிந்து சர்க்கரையில் விட்டுக் கலந்து கொடுக்கவும். காலையில் ஒருவேளை மாத்திரம் 3,4, முறைகள் பேதியாகும். அதிகமானால் சொட்டுகளை குறைத்துக் கொள்ளவும். நாள் ஒன்றுக்கு, 2-முறைகளாவது பேதியாகும் அளவுக்கு மருந்து கொடுக்கவேண்டும். இம் மருந்தை காபியிலும் கொடுக்கலாம். ஒரு வாரம், 10- நாட்கள் வரை கொடுக்கவும்.

பத்தியம் (டி எண்ணை சாப்பிடும்போது)

கடுகு, நல்லெண்ணெய், புளி கூடாது. முடக்கு, சூலை, வாத ரோகங்கள், சுரங்கள், பாண்டு, வீக்கம் முதலியவை 10, 15-, நாட்களில் குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

முடக்கத்தான் மூலிகை இலை ஒரு கைப்பிடி, தோல் நீக்கிய சுக்கு 10- கிராம். 1- ஆழாக்கு துவரம்பருப்பை வறுத்து தண்ணீரிலிட்டு மேற்படி இலையை நறுக்கியும் சுக்கை தட்டியும் மேற்படி தண்ணீரிலிட்டு கொதிக்க வைத்து, சோம்பு கொஞ்சம் போட்டு நன்றாய் வெந்த பிறகு வடித்து மிளகுப் பொடி, உப்பு கொஞ்சம் சேர்த்து சூப் மாதிரி சாப்பிடவும். காலை மாலை 5- நாட்கள் சாப்பிடவும். 10-நாட்கள் சாப்பிட்டாலும் குற்றமில்லை, முடக்கு வியாதி குணமாகும்.

மற்றொரு முறை

நொச்சியிலை சார் 2-அவுன்ஸ், மிளகு எண்ணி-9, பூண்டு பல் 11-இவைகளை அரைத்து டி சாற்றில் கலக்கி பசுவின் நெய் தேக்கரண்டியளவு கூட்டி காலை மாலை 3-நாட்கள் சாப்பிடவும்.

பத்தியம்

பால் கஞ்சி, கோதுமை கஞ்சி சாப்பிடவும்.

விஷங்கள்

தேள் விஷம்

நவசாரத்தைத் தண்ணீரில் கரைத்து காய்ச்ச வெள்ளைப் பொடியாகும். அதை டப்பியில் அடைக்கவும்

இதில் ஒரு சிட்டிகை எடுத்து குன்றியளவு, வெற்றிலை போடும் சுண்ணும்பு கலந்தால் நெடி வரும். அந்த நெடியை மூக்கில் இழுத்தால் அந்த நிமிடமே விஷமிறங்கி விடும். கொட்டிய இடத்திலும் மேற்படி மருந்தை தடவிவிடவும்.

ஜலமண்டலி

இது 8-கால் பூச்சியைப்போல் பெரியதாயிருக்கும். வயிறு பெரியதாயிருக்கும். இப்பூச்சி கடித்த இடத்தின் கீழ்ப்பாகம் உடலெல்லாம் சில்லிட்டு, வியர்வை விட்டு விட்டு வாந்தியுமாகும். மயக்கத்தையுண்டாக்கும். உடனடியாகக் கவனிக்காவிடில் மரணத்தை உண்டு பண்ணும்.

மருந்து

தேங்காய் பத்தை ஒன்றை எடுத்து மென்று தின்னவும். குழந்தைகளுக்கு அரைத்து உள்ளுக்கு ஊட்டவும். உடனே குணம்.

நட்டுவாக்காலி விஷம்

பனைவெல்லம் உள்ளுக்குக் கொடுக்க உடனே விஷம் இறங்கும்.

பாம்பு கடி, வெறிநாய்க் கடி, பூனைக் கடி, எலிக் கடி, முதலியவைகளுக்கு மருந்து : கீழே பார்க்கவும்.

இம்மருந்து விஷங்களுக்கு சத்துரு. சொல்லிக் குணப்படுத்தலாம். மாடுகளுக்கும் கொடுத்து குணம் கண்டது. ஆனல் பத்தியம் கடுமையாயிருத்தல் வேண்டும். பத்தியம் தவறினலும் குற்றம் ஒன்றும் வராது. ஆனல் எதிர் பார்த்த அளவுக்கு பலன் கிடைக்காது. மருந்து

சாப்பிட்ட அன்றிலிருந்து 3-நாட்கள் வரை உப்பு சாப்பிடக் கூடாது. பிறகு 7-நாட்கள் வரை வறுத்த உப்பு சேர்க்கலாம். ஆனால் புளி சேர்க்கக்கூடாது. மருந்தென்னமோ ஒரே ஒரு வேளைதான். அம்மருந்தை மருந்துவர்கள்தான் செய்யலாம். ஏனெனில் இதில் பாஷாணங்கள் சுத்திசெய்ய வேண்டியுள்ளது. இம்மருந்திற்கு அகத்தியர் விஷமை என்று பெயர். பாஷாணங்களை சுத்தி செய்யவும்.

மருந்து செய்முறை

1.	ரசம்	400 கிராம்
2.	வெ. பாஷாணம்	400 ,,
3.	கந்தகம்	40 ,,
4.	மனோசிலை	40 ,,
5.	காயம்	40 ,,
6.	மடல் துத்தம்	40 ,,
7.	வேப்பன் வித்து	40 ,,
8.	வாளம்	50 ,,

மேற்படி சரக்குகளைக் கூட்டி வெள்ளெருக்கம்பால் இரண்டு புட்டிகள் செல்லுமளவு கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் ஊற்றி அரைக்கவும். பிறகு வேப்பெண்ணெய் கொஞ்சம் சேர்த்து அரைத்து மெழுகு பதத்தில் எடுக்கவும். குறைந்தது 36-மணி நேரம் அரைக்கவேண்டும்.

உபயோகிக்கும் அளவு

மிளகளவு மருந்தை, கருப்பட்டி என்னும் பனை வெல்லத்தில் கொடுத்து, பசுவின் பால் சாப்பிடச் செய்யவும். இம் மருந்தை தேள் கொட்டிய இடத்தில் தடவி அனல் காட்ட உடனே விஷமிறங்கும். இதனால் எல்லா விஷங்களும் நிச்சயமாய் வெளியேறிவிடும். வெறி பிடித்த

நாய்கடி, பாம்புகடி, எலிக்கடி, பூனைக்கடி, சிலந்திக்கடி முதலிய எல்லா விஷங்களுக்கும் இது கைகண்ட மருந்து. இதற்கீடான மருந்து இவ்வுலகத்திலேயே இருக்க முடியாது.

தெரியா விஷத்துக்கு

சில நேரங்களில் ஏதோ சுரீலென்று நம்மைக் கடிக்கும். என்ன கடித்ததென்று தெரியாது. மனப் பீதியினாலோ அல்லது விஷத்தாலோ உடம்பில் ஏதோ மாறுதல் தோன்றும். விஷமை கையிலில்லாதவர்கள் கீழ்க்கண்ட விஷ மருத்துவத்தை செய்துகொள்ளவும்.

இதற்கு மருந்து

படிகாரம் பொடி செய்து ஒரு சிட்டிகை ½- கோப்பை வெந்நீரில் கலக்கி உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். படிகாரம் உடனடியாக கிடைக்காவிடில்,

விஷம் தீண்டப்பட்டவர்கள் ஆண்களானால் 12-வயதுக்குட்பட்ட பெண்ணின் சிறுநீரைப் பிடித்து 2-அவுன்ஸ் உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

பெண்களுக்கு விஷம் தாக்கினால் 12-வயதுக்குட்பட்ட ஆண் குழந்தையின் சிறுநீர் பிடித்து 2-அவுன்ஸ் உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். உடனே குணமாகும். தன்னுடைய சிறுநீரையே ஒரு டம்ளர் குடித்தாலும் போதும்.

வேறு முறை

இலுப்பை பிண்ணாக்கை தண்ணீர் விட்டரைத்து கெச்சக்காயளவு சாப்பிட வாந்தியாகும். விஷம் இறங்கி விடும்.

பாம்புக்கடி

வாழைப்பட்டையை எடுத்து பிழிந்து எடுத்த சாற்றை 3-அவுன்சுகள் 3-மணிக்கொருமுறை உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். பல்கிட்டியிருந்தாலும் பல்லை நீக்கி மேற்படி சாற்றை உள்ளே செலுத்தவும்.

தன் நிலமையில்லாவிடில் அருகம் புல்லை அரைத்து கடித்த இடத்தில் வைத்துக் கட்டினுல் சில நிமிடங்களில் விஷமிறங்கிவிடும். தும்பையிலையைக் கசக்கி மூக்கின் எதிரில் காட்டவும். அந்த மூலிகையை கசக்கி சுவாசத்தை இழுக்கும்படி செய்யவும். இதன் சாற்றை மூக்கினுள்ளும் விடலாம்.

எலிக்கடி

எருக்கம்பால் 3-சொட்டுகள் பனைவெல்லத்தில் விட்டு உள்ளுக்கு சாப்பிடவும்.

பத்தியம்

உப்பு, புளி கூடாது. பால்சாதம், உப்பில்லாக் கஞ்சி மாத்திரம் சாப்பிட வேண்டும்.

பெண்கள் பகுதி

சூதக வயிற்று வலி

பிறவிடை ஆகுங்காலங்களில் கடுமையான வயிற்று வலி ஏற்படும். வலியுள்ள வரையில் கர்ப்பம் தரிக்காது. பிறவிடை காலங்களில் சரியான முறையில் ரத்தப் போக்கு இல்லாமல் கண்டும் காணுததுபோலிருக்கும்.

மருந்து

மிளகு 11, பூண்டு பல் 7, இவற்றை அரைத்து ஒரு அவுன்ஸ் கோமூத்திரத்தில் கலக்கி பிறவிடைக்

காலத்தில் காலையில் மாலையில் 3-நாட்களுக்குத் தரவும். பிறவிடைக்கு வலி வராது. கர்ப்பம் தரிக்கும்.

பெரும்பாடு

இது கர்ப்பப் பையில் புண் இருப்பதனுல் உண்டாகும் பிணி. அளவு மீறிய ரத்தப்போக்கும் ஏற்படும். 40, 45, வயதுக்கு மேல் உண்டாகக் கூடியது.

மருந்து

பழைய கருப்பு கம்பளியைச் சுட்டு கரியாக்கிப் பொடி செய்து, பனைவெல்லம் கொஞ்சம் சேர்த்தரைத்து சுண்டக்காய் பிரமாணம் உருண்டைகள் செய்துகொண்டு, காலை மாலை வேளை ஒன்றுக்கு இரண்டு உருண்டைகள்வீதம் மூன்று நாட்களுக்கு கொடுக்கவும். உப்பு புளி, நீக்கவும். மோர், தயிர் சாதம் சாப்பிடவும்.

மற்ஞெரு முறை

ஒரு சதுரமான பழைய நூல் துணியை சுட்டுக் கரியாக்கிப் பொடி செய்து அந்த தூளுடன் 2-அவுன்ஸ் தேன் கூட்டி, ஒரு கோழிமுட்டை வெண்கருவெடுத்து அதில் விட்டு நன்ருகக் கலக்கி உள்ளுக்குக் கொடுக்க ரத்தப்போக்கு உடனே நிற்கும். இளைப்பு கண்டவர்களுக்கு உடனே உற்சாகத்தையும் அளிக்கும்.

மற்ஞெரு முறை

வில்வ இலையுடன் வெங்காயம் சேர்த்திடித்து சார் பிழிந்து சம எடை விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து காய்ச்சிப் புட்டியிலடைக்கவும்.

காலையில் ஒரு வேளைக்கு ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் ஒரு வாரம் கொடுக்க கர்ப்பப் பையிலுள்ள புண்கள் ஆறும்.

ரத்தப்போக்கு நிற்கும். சேர்ந்தாற்போல் சில நாட்கள் கொடுக்கவும்.

மற்றொன்று

1. தொட்டால் சிணுங்கி ... 1 கைப்பிடி
2. வெங்காயம் ... ஒன்று
3. சீரகம் ... தேக்கரண்டியளவு

மூன்றையும் அரைத்து மோரில் கலக்கி காலை, மாலை உள்ளுக்குக் கொடுக்க 4, 5 நாட்களில் ஆச்சரியமான குணத்தைத் தரும்.

மற்றொரு முறை

வேலிப்பருத்திச் சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு ½ லிட்டர் கலந்துகொள்ளவும். மிளகு கிராம்-60 எடுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து மேற்படி எண்ணெயிலிடவும். பிறகு காய்ச்சி தைலபதத்தில் இறக்கவும். இரண்டு அவுன்ஸ் அளவு உள்ளுக்கு காலை, மாலை கொடுக்கவும். மறுநாளே உதிரப்போக்கு நின்றுவிடும். எண்ணெ வடித்த பிறகு அடியில் நிற்கும் திப்பியை அடிவயிற்றில் தடவவும்.

பெண்கள் வெள்ளைக்கு (Leucorrhea)

சில பெண்களுக்கு எப்போதும் வெள்ளை நீராகவும் மற்றும் சிலருக்கு தயிர் போலவும் வெளிவரும். இதனால் உடல் வெப்பங்கொண்டு சக்தியற்று போகும். கை கால்கள் ஓய்ந்து போகும். இதற்கு மேனாட்டு மருத்துவத்தில் மருந்து கிடையாது.

மற்றொரு சிறந்த மருந்து

1. முத்தின சந்தனகட்டை
2. அசல் சந்தன அத்தர் (Mysore Sandal Wood oil)
3. பன்னீர்

பன்னீர்விட்டு சந்தனக் கட்டையை உரைத்து தேக்கரண்டியளவு கல்கத்தை எடுத்து ½ அவுன்ஸ் பன்னீர்விட்டு கலக்கி 2, 3, சொட்டுகள் சந்தன அத்தர் அதில் விட்டு காலை, மாலை உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

இப்படி 10 நாட்களுக்குக் கொடுக்கவும். பூரண குணமாகும். பல மருந்துகளுக்கும் கட்டுக்கடங்காத இவ்வியாதியை இம்மருந்தால் குணப்படுத்தியது அனுபவம்.

மற்றொன்று

நெய் ½-லிட்டர், நல்லெண்ணெய் ½-லிட்டர் கலந்து 20 கிராம் கொடிவேலி வேர் பட்டையை பசுவின் பால் விட்டு நைய அரைத்து மேற்படி எண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சி தைல பதத்தில் இறக்கவும்.

உபயோகம் : 1- தேக்கரண்டி காலை, மாலை 20 நாட்களுக்கு தரவும்.

பெரும்பாட்டிற்கு மற்றொரு மருந்து

கரியபோளத்தைத் தண்ணீரில் கரைத்து வடிகட்டி மண் கற்கள் இல்லாமல் அகற்றி உலர்த்தி பொடி செய்து கொள்ளவும்.

மேற்படி பொடியில் ஒரு சிட்டிகை வாழைப்பழத்தில் வைத்து 5, 6, வேளைகள் கொடுக்க ரத்தப்போக்கு நின்று விடும்.

கால் ஆணி

கட்டிக் கற்பூரம் 10 கிராம், துருசு 10-கிராம், வெண்ணெயிலரைத்து, மெழுகு பதத்திலெடுத்து வைத்துக் கொண்டு கால் ஆணிகளில் வைத்து மேலே பூவரசு இலை அல்லது பட்டர் பேப்பர் (Butter paper) வைத்துக்கட்டி வைக்கவும். இப்படிச் செய்ய கால் ஆணி வலி நீங்கி சில மாதங்கள்வரை தொந்தரவு இருக்காது.

ஷை வியாதிக்கு மற்றொரு முறை

கடையில் விற்கும் அக்கரகாரத்தைத் துண்டுகளாக்கி எலுமிச்சம்பழத்தில் சொருகி வைத்து, ஒருநாள் கடந்த பின் எடுத்து பழச்சாறுவிட்டு மெழுகுபோல் அரைத்த பின், அந்த மெழுகை ஆணிகளில் வைத்து சில நாட்கள் கட்டிவர மூளையுடன் சிலபேருக்கு வந்துவிடுவதைப் பார்த்ததுண்டு.

காலில் சேற்றுப்புண்ணுக்கு

சலவை நூல் துணியை சுட்டு, அக்கரியை தேங்கா யெண்ணெயில் கலக்கி புண்களில் தடவி அனல் காட்டவும். 2, 3, நாட்கள் இப்படிச் செய்யவும் குணமாகும்.

உப்புநீர் வெளியாவது (Albuminaria)

இவ் வியாதி அதிகப்படும்போது கால் கைகள் வீங்கும் சங்கன்வேர்ப்பட்டையை அரைத்து கொட்டைப் பாக்களவு பசுவின்பாலில் கரைத்து காலை ஒரு வேளை மாத்திரம் உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். 10-நாட்களுக்குக் கொடுக்கவும்.

பத்தியம் : உப்பில்லா ஆகாரம்.

மற்றொரு முறை

மக்காச் சோளத்திலுள்ள மணிகளின்மேல் தலைமுடியைப்போல் சிவப்பாக ஓர்வித நார் உண்டு. முடியிருக்கும். அந்த முடியைப் போலிருக்கும் நாரை எடுத்து 5-கிராம் அளவுக்கு ஒரு கோப்பை தண்ணீர்விட்டு பின் வெல்லம் வேண்டிய அளவு சேர்த்து காய்ச்சி உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும், 4, 5, நாட்கள் இப்படி காலை மாலை கொடுத்து ஷை வியாதி குணம் கண்டது என் அனுபவம்.

அதன் பிறகு சிலாசத்து பற்பம், சிங்கி பற்பம், பவழ பற்பம் சேர்த்து திரிகடி அளவு இளநீரில் கொடுக்கவும்.

கால் கடுவன் (Eczema)

1.	அமுக்கிரா சூர்ணம்	50 கிராம்
2.	வெள்ளறுகு சூர்ணம்	50 ,,
3.	கெருடன்கிழங்கு சூர்ணம்	50 ,,

பசுவின்பால் மண் பாத்திரத்திலிட்டு வேடுகட்டி, சூர்ணத்தை அதன்மேல் வைத்து புட்டவியலாக அவித்துக் கொள்ளவும். பிறகு நிழலில் உலர்த்தவும்.

அளவு

திரிகடி அளவு காலை, மாலை 40-நாட்கள் கொடுக்கக் குணம்.

பத்தியம்

மீன், கத்தரிக்காய், கோழிக்கறி முதலியவை சாப்பிடக் கூடாது.

மேற் பூச்சுக்கு

கொட்டாங்கச்சியை துண்டுகள் செய்து பானையிலிட்டுக் குழித் தைலமிறக்கி, மேற்படி கொட்டாங்கச்சி கரியை மேற்படி தைலம் விட்டரைத்து கடுவனுக்கு மேல் பூச வெகு சீக்கிரத்தில் குணமாகும்.

பக்கவாதம் (Paralysis)

பயம், ரத்தக்கொதிப்பு, அதிஉஷ்ணம், எந்நேரமும் மனக்குழப்பம் முதலிய காரணங்களால் இவ்வியாதி வரும். ஒரு பக்கத்தின் கை கால்கள் விழுந்துவிடும். சிலருக்கு வாய் கோணி, நாக்குக்கூட உள்ளே இழுத்துக் கொள்ளும். பேச முடியாது.

மருந்து

1. மிளகரணை வேர்
2. கொடிவேலி வேர்பட்டை
3. மாவிலங்கம்பட்டை

} சம எடை. சூர்ணம் செய்து கொள்ளவும்.

அளவு

வெறுகடி (¼-தேக்கரண்டி) பாலில் அல்லது வென்னீரில் முன் சொன்ன முடக்குவாத எண்ணெயை முதல்5-நாட்கள் கொடுத்து பிறகு இந்தச் சூர்ணத்தை 48-நாட்கள் கொடுக்கவும்.

மற்றொன்று

சுத்தி செய்த பூநாகத்தை கருந்துளசி சாற்றில் அரைத்து 5-புடமிட செந்தூரமாகும். அதனுடன் இளம் பிள்ளை வாதம் என்ற தலைப்பில் சொன்ன லிங்க செந்தூரம் சேர்த்து குன்றியளவு தேனில் கொடுத்து பக்கவாதம் இளம்பிள்ளை வாதங்கள் குணப்படுத்தியதுண்டு. மருத்துவம் தெரிந்தவர்கள் அகத்தியர் சண்டமாருதமும் கொடுக்கலாம். ஆனால் ஒரு வாரத்துக்குமேல் கொடுக்கக் கூடாது.

அழுகிய புண், பிளவை, ராஜ ரணங்களுக்கு

முருங்கையிலையை அப்படியே வதக்கி, இளம் சூட்டுடன் கசக்கி நன்றுகச் சாறு பிழிந்து சாற்றை நீக்கி விட்டு, சக்கையை மறுபடியும் விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி புண்களில் வைத்து தொடர்ந்து கட்டிவர ரணங்கள் ஆறும்.

மற்றொன்று

1. தழுதாழை இலைச்சார் 1 அவுன்ஸ்
2. மிளகு எண்ணி 10
3. வெள்ளைப்பூண்டு பல் 10

பின் இரண்டையும் ஷை சார் கொஞ்சம் விட்டரைத்து சாரில் கலக்கி, இரண்டு தேக்கரண்டியளவு பசு நெய் விட்டு காலை-மாலை 3-நாட்களுக்கு வெறும் வயிற்றில் குடிக்கவும். பத்தியம் : உப்பு கூடாது. பால் சாதம்.

குழந்தைகள் பகுதி

பிறந்தவுடன் காணும் கருஞ்சிவப்பு :

சில குழந்தைகள் பிறந்த உடன் மேக சம்பந்தமான வியாதியை அனுபவிப்பர். பிறந்தவுடன் காதுகள் உதடுகள் கருப்பாக தோன்றும். கர், கர் என்று நெஞ்சில் ஒரு விதமான கபமும் இழுக்கும். பாதங்கள், உள்ளங்கைகள் விரல்களும் கருப்பு நிறமாயும் நீல நிலமாகவும் தோன்றும். இவ்வியாதி குழந்தைகள் உயிருக்கே ஆபத்தை உண்டு பண்ணும்.

மருந்து

கழுதை பால் கொண்டுவந்து தேக்கரண்டியளவு காலை, மாலை 3-நாட்கள் கொடுக்கவும்.

மற்றொன்று

கழுதை விட்டையை (சாணி), ஆரஞ்சு பழம் அளவு எடுத்து ஒரு துணியில் வைத்து பிழிந்த சாணிப்பால் ½-லிட்டர். ½-லிட்டர் வேப்பெண்ணெயிலிட்டு பதமாக காய்ச்சி வைக்கவும்.

1- அல்லது 2- சொட்டுகள் தாய்ப்பால் அல்லது பசுவின் பாலில் 4- மணிக்கொரு முறை கொடுக்க 2-நாட்களில் குணமாகிவிடும்.

மற்றொன்று

ஆண் குழந்தைக்கு 5-வயதிற்குட்பட்ட பெண் குழந்தை மூத்திரத்தையும், பெண் குழந்தைக்கு ஆண்

குழந்தை மூத்திரத்தையும் சங்களவு 3-நாட்கள் காலையில் மாத்திரம் ஊற்றவும்.

மற்றொன்று

கோரோஜனையை அரிசியளவு தேனில் உரைத்து காலை-மாலை உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

குழந்தைகள் கரப்பான் :

இப்பிணி தாய் தந்தையர்களிடத்திலிருந்து பரம்பரையாய் வரும் மேக வியாதியால் உண்டாவது. கால் முட்டிக்குக் கீழ் சாதாரணமாய் குழந்தைகளுக்கு வரக் கூடியது. அடங்காத அரிப்பம். குழந்தைகள் விடாமல் கீறிக்கொண்டும், தரையில் தேய்ந்துக் கொண்டும் இருப்பர், கீறிவிட்ட பின் ரத்தம் அல்லது ஒருவித துர்நீர் கசியும். குழந்தைகள் வீர் வீரென்று அழும். இந்தக் கடுவன் தலைக்கும் பரவிவிடும். அதை மண்டைக் கரப்பான் என்பர். குழந்தைகளுக்கு இதைக் காட்டிலும் தொந்தரவு கொடுக்கக்கூடிய நோய் வேறொன்றும் இருக்க முடியாது.

மருந்து (மேல் பூச்சுக்கு)

1. வேப்பெண்ணெ ... 1 லிட்டர்
2. எட்டிக்கொட்டை ... 50 கிராம்

எட்டிக்கொன்டைகளை துண்டுதுண்டாய்க் கூடியமட்டில் நறுக்கி எண்ணெயிலிட்டு காய்ச்சவும். கொட்டைகள் மிதக்கும் சமயம் எடுத்து இறக்கவும். இந்த எண்ணெயை மேற்படி கரப்பானிருக்கும் இடங்களில் தடவி வந்தால் 4.5. நாட்களில் குணமடைந்துவிடும். சில குழந்தைகளுக்கு கொஞ்ச நாட்கள் கழித்து மறுபடியும் வரக்கூடும். இதே எண்ணெயை உபயோகித்து வந்தால் மறுபடியும் வராது. கால் கடுவன் என்ற தலைப்பில் எழுதியுள்ள

சூர்ணத்தை காலை மாலை ஒன்று முதல் 4-குன்றியளவு வயது, பலமறிந்து பாலில் அல்லது நீரில் சர்க்கரை கலந்து உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். ஒரு மண்டலம் (48 நாட்கள்) கொடுத்தால் மறுபடியும் அப்பிணி உயிருள்ள வரையிலும் தலைகாட்டாது.

மற்றொரு மருந்து (உள்ளுக்கு)

1. நெருஞ்சில் சாறு ... 1 லிட்டர்
2. குப்பை மேனிச் சாறு ... 1 லிட்டர்
3. விளக்கெண்ணெய் ... 1 லிட்டர்

எல்லாம் கலந்து காய்ச்சி தைல பதத்திலிறக்கவும். வடிகட்டி புட்டியிலடைக்கவும். உள்ளுக்கு ½-தேக்கரண்டி முதல் 1-தேக்கரண்டியளவு பசுவின்பால் 1-அவுன்சில் விட்டு உள்ளுக்கு ஒரு வாரம் கொடுக்கவும். மேலுக்கும் இந்த எண்ணெயை பூசவும்.

வைசூரி

இது ஓர் கொடிய நோய். குழந்தைகளுக்குத் தாக்கப்பட்டால் மிக்க சங்கடத்தை விளைவிக்கவும். வெகு ஜாக்கிரதையுடன் இல்லாவிடில் கண்கள் கெட்டுப் போகும். காது கேட்காமல் போகவும் கூடும்.

இதற்கு மருந்து

1. நல்லெண்ணெய் படி 1
2. துத்தியிலை கைப்பிடி 2
3. வெள்ளைப்பூண்டு கிராம் 50
4. மிளகுத் தூள் " 30
5. மஞ்சள் தூள் " 30

எல்லாவற்றையும் சேர்த்துக் காய்ச்சவும். துத்தியிலை கருகும் சமயம் இறக்கிவிடவும்.

அளவு

½-தேக்கரண்டி முதல் 1-தேக்கரண்டி வரையில் காலை, மாலை பாலில் கொடுக்கவும். தடுப்பு மருந்தாகவும் இது பயன்படும். 3-வேளைகள் கொடுத்தால் போதும். வைசூரி தாக்காது. வைசூரி தாக்கியதும் இந்த எண்ணெய் கொடுத்தால் அப்படியே அதன் வேகம் அடங்கிவிடும்.

மற்றொரு மருந்து

வெள்ளைக் குங்கிலியத்தை அவுரிச்சாறு விட்டரைத்து பட்டாணியளவு மாத்திரைகள். குழந்தைகளுக்கு 1-மாத்திரை, பெரியவர்களுக்கு 2-மாத்திரைகள்.

அனுபானம்: மோரில் அல்லது நீரில். காலை—மாலை.

அம்மை முத்துக்கள் போட்ட பின் கொடுத்தால் மறுபடியும் மறு முத்து கிளம்பாது. அம்மை சுரமென்று தெரிந்த உடனே கொடுத்தால் சுரம் தணிந்து அம்மை முத்துக்கள் வராது. இது ஓர் ஆச்சரியமான மருந்து.

பத்தியம்

மோர், இளநீர் மாத்திரம் கொடுக்கவும்.

மற்றொரு எளிய மருந்து

வைசூரி தாக்கப்பட்ட பின் பேய்புடல் என்னும் (நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்) உலர்ந்த மூலிகையை வாங்கி 10-கிராம் அளவு எடுத்து துண்டு துண்டாய் நறுக்கி சட்டியிலிட்டு லேசாக வறுத்து 2-டம்ளர்கள் தண்ணீர் ஊற்றி பனைவெல்லம் கொஞ்சம் சேர்த்து 1-டம்ளராக சுண்ட வைத்து வயதிற்கு தக்கவாறு ஒரு சங்கிலிருந்து ஒரு டம்ளர் வரை. குழந்தைகளிலிருந்து பெரியோர் வரை சாப்பிடலாம். 4-மணிக்

கொரு முறை சாப்பிட வைசூரியினால் பயப்பட வேண்டிய அவசியமே இருக்காது. மருந்தென்னமோ எளிமையாய் தோன்றும். ஆனால், குணம் சிறந்தது.

குழந்தைகள் செங்கரப்பான்

பெற்றோர்களின் மேக ரத்தத்தினால் குழந்தைகளுக்கு வரக் கூடியது. இது சிவப்பு தடிப்புகளாயும், வட்ட வடிவமாயுமிருக்கும். அதிமதுரத்தை பிள்ளைப் பாலில் அரைத்து குன்றியளவு மேற்படி பாலில் அல்லது பசுவின் பாலில் உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். 2,3, நாட்கள் காலை மாலை கொடுக்க வேண்டும். மேற்பூச்சுக்கு நன்னாரியை பன்னீரிலரைத்து தடவவும்.

குழந்தைகளுக்கு நாக்கில் வெள்ளை பூத்திருக்கும்

இது அசீரணத்தைக் குறிக்கும். மாசக்காயை தாய்ப் பாலில் அல்லது பசுவின் பாலிலரைத்து, நாக்கில் தேய்த்து விட சுத்தமாகி விடும்.

குழந்தைகள் பிரளி, (பேதி) மாந்தம்

இது அசீரணத்தால் வரக் கூடியது. தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பெண்கள் புருஷனோடு சையோகம் செய்து விட்டு பிறகு பிள்ளைக்கு பாலூட்டினால் அந்தப்பால் காமப்பால் ஆவதால், குழந்தைகளுக்கு வயிறுப்பசம் வந்து பல நிறங்களில் பேதியாகும். இப் பிணி பல மருந்துகளுக்கும் வசப்படாது.

இதற்கு மருந்து

வேலிப்பருத்தியிலை (உத்தாமணி என்று சொல்வர்) ஒரு கைப்பிடி, சோற்றுப்பு இரண்டு சிட்டிகை சேர்த்து இடித்து கசக்கிப் பிழிந்த சாறு 5,6, சொட்டுகள் தாய்ப் பால் அல்லது பசுவின்பாலில் விட்டு காலை மாலை கொடுக்க 3-நாட்களில் குணமாகும்.

மற்றென்று

கரி மஞ்சள் பொடி ½-தேக்கரண்டி ஒரு கோப்பைத் தண்ணீரிலிட்டுக் காய்ச்சி ½-கோப்பையாய் சுண்டியவுடன் எடுத்து வேளைக்கு ஒரு சங்கு விதம் ½-மணிக்கொரு முறை ஒரு சிட்டிகை பவழ பற்பம் அல்லது சிலாசத்து பற்பம் கூட்டி கொடுக்க 2-நாட்களில் குணமாகும். பவழ பற்பம் கிடைக்காதவர்கள் மஞ்சள் பொடியுடன் அதனளவு வெத்திலையில் சேர்க்கும் சுண்ணாம்பை உலர்த்தி சேர்த்து அரைத்துக்கொண்டு வெந்நீரில் கலக்கி ½-மணிக்கொருமுறை உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும்.

மற்றொரு முறை

வசம்பும் ஓமமும் சம எடை சுட்டுக் கரியாக்கி தூள் செய்து ¼-தேக்கரண்டி அளவு வெந்நீரில் கலக்கி நாள் ஒன்றுக்கு 4-முறை கொடுக்கவும். சிசுக்களுக்கு 2-சிட்டிகை முதல் வயதிற் கேற்றவாறு கூட்டியும் குறைத்தும் கொடுக்கவும்.

உஷ்ண பேதிக்கு

குழந்தைகளுக்கு தண்ணீர் போலவே கொல்லைக்குப் போகும். ஆசனம் சிகப்பாகி புண்போலாகி விடும். ஆசன எரிச்சலுக்கு, குழந்தைகள் வீர் வீரென்று அழும்.

இதற்கு மருந்து

மாசக்காயில் சிறிது பொத்தல் இருக்கும். அப்படிப் பட்ட காயே மருந்துக்குச் சிறந்தது. மாசக்காய் வாங்கி வந்து சந்தனக்கல்லில் தண்ணீர் விட்டு மாசக்காயை உரைத்து சந்தனம்போல் வரும் கல்கத்தை சுண்டைக் காய் அளவு சங்கிலிட்டுக் கொஞ்சம் சர்க்கரை சேர்த்து தண்ணீர் அளவுடன் சேர்த்து கலக்கி 2-மணிக்கொரு தரம் கொடுக்க 2-வேளையிலேயே பேதி நின்று மலம்

கட்டிப்படும். ஆசன எரிச்சலுக்கு தேங்காயெண்ணெயைத் தடவவும். மருத்துவர்களாயின் மாசக்காய் சூர்ணத்துடன் ஆமையோடு பற்பமும் கூட்டிக் கொடுக்கலாம். பேதி குணமாகும்.

குழந்தை மலச்சிக்கலுக்கு

சந்தனக்கல்லில் தண்ணீர் விட்டு கடுக்காயை உரைத்து அந்தக் கல்கம் சுண்டைக்காய் அளவு, தண்ணீரில் அல்லது பசுவின் பாலில் கலக்கி, சர்க்கரை கொஞ்சம் சேர்த்து பிரதி தினமும் மாலையில் கொடுத்துக் கொண்டுவரின் மலச் சிக்கலறும், குழந்தையும் மேனியுடன் வளரும்.

குழந்தைகள் நீண்டகால வயிற்றுளைச்சலுக்கு

மாதுளம் பிஞ்சியிலிருக்கும் சதையை எடுத்தெறிந்து விட்டு, ஓமம், வில்வ இலை, கோரைக்கிழங்கு வகைக்கு 2-கிராம் வறுத்து, பொடி செய்து ஷ்டி மாதுளம் பிஞ்சுக்குள் வைத்து, உமிப்புடம் வைத்து எடுத்து தேன் விட்டரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும்.

குழந்தைகளுக்கு மலம் போகாவிட்டால்

எருமை வெண்ணெயும், கரும்பு வெல்லமும் கலந்து, சுண்டைக்காய் அளவு முதல் ஒரு தேக்கரண்டி வரையில் உள்ளுக்குக் கொடுக்க ஒருமுறை பேதியாகும். கொஞ்ச நேரம் பிறகு வெந்நீர் கொடுக்க மற்றொருமுறை பேதியாகும்.

குழந்தை உடம்பின்மேல் வரும் கட்டிகளுக்கு

எட்டிக்கொட்டையை எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் அரைத்துப் பத்துப்போட கட்டிகள் அடங்கும். பெருத்து இருந்தால் பழுத்து, உடைந்து குணமாகிவிடும்.

குழந்தைகளுக்குப் பேதியுடன் சுரமும்

கற்பூரத்தூள் அரிசியளவு வெந்நீரில் கரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். ஓயாமல் அழுவதும் நிற்கும். ஈரல் வீக்கம்கூட குறையும் சுரம் குறையும்.

மாந்தம்

இவ்வியாதி மலர்ச்சிக்கலால் வரக்கூடியது. இதற்கு மேனாட்டு மருந்துகளைக் கொடுப்பதில் பலன் காண முடியாது. குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி சுரம் காணும். சுரம் அதிகமாகும். அது சமயம் கை கால்கள் வலிப்பு வருவதுடன் கண்கள் மேலெழும்பும். கறுப்பு விழிகள் மறையும்.

மருந்து

இந்த சமயத்தில் உடனடியாக அவ்வித சேட்டைகளை நீக்க ஒரு உபாயம் உண்டு. வெங்காயத்தைத் தட்டி ஒரு சொட்டு வீதம் ஒவ்வொரு கண்ணிலும் விட்டால் குழந்தை உடனடியாக கண்கள் திறந்து எப்போதும் போல் எழுந்து உட்கார்ந்துவிடும். ஆனால் சுரம் மாத்திரமிருக்கும். இழுப்பு மாத்திரம் உடனே நின்றுவிடும்.

ஆனால் பொதுவாக இவ்வியாதிக்கு மலத்தைக் கழிக்கும் மருந்துகள் அடிக்கடி கொடுக்க வேண்டும். கடுக்காயும், கடுகு ரோகிணியும் தாய்ப்பால் அல்லது பசும்பால் விட்டு சந்தனக் கல்லில் உரைத்து ஒரு சுண்டைக்காய் அளவு பாலில் கலந்து உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம். உச்சித் தலையில் வேப்பெண்ணெயைத் தேய்த்து, மார்பு,கை, கால்களில் வேப்பெண்ணெயைத் தடவ, சில நாள்களில் பூரண குணமடையும்.

மாந்த இழுப்புகளுக்கு வேப்பெண்ணெ ஒரு சஞ்சீவி. வேப்பெண்ணெ 1 - லிட்டர், கழுதை விட்டையை பிழிந்தெடுத்த பால் ¼-லிட்டர் இரண்டையும் காய்ச்சி வைத்துக்

கொண்டு உள்ளுக்கு ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் கொடுத்தால், இழுப்பு, கபம், சுரம் முதலியவை குணமாகும். சிசுக்களாயிருந்தால் 10-முதல் 20-சொட்டுகள் வரை பசுவின் பாலில் விட்டு உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம். இந்த எண்ணெயையே தலை, உச்சி முதலிய இடங்களில் தடவ சாதாரண வேப்பெண்ணெயைக் காட்டிலும் பதின்மடங்கு நன்றாக வேலை செய்யும். (கழுதைவிட்டைப் பால் கழுதை மலத்தைப் பிழிந்து எடுத்த ரசம்).

குழந்தைகள் கணை

குழந்தைகள் மெலிந்து நாளுக்கு நாள் இளைத்துப் போகும். உடல் கணகணவென்று சூடாயிருக்கும். மலம் சிக்கலாய்ப் போகும். ஆகாரம் சரிவரக் கொள்ளாது. மார்பு பருக்காது.

இதற்கு மருந்து

1.	விளக்கெண்ணெய்	¼ லிட்டர்
2.	தோலுரித்த சாம்பார்-வெங்காயம் முழுசாக	100 கிராம்
3.	வெந்தயம் (முழுசாக)	70 ,,
4.	கறிவேப்பிலை	1 கொத்து

1-முதல் 3-சரக்குகளை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சவும். எண்ணெயை கலக்கிக்கொண்டேயிருக்கவும். வெங்காயம் மிதந்து வரும் சமயம் இறக்கி கருவேப்பிலை ஒரு கொத்து அதில் போட்டு சிடுசிடுப்பு அடங்கியவுடன் வடிகட்டி, வேற பாத்திரத்திற்கு எண்ணெயை மாற்றி புட்டியில் அடைக்கவும்.

அளவு

1-தேக்கரண்டி டி எண்ணெயை பசுவின்பாலில் ஒரு அவுன்சில் விட்டு உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். 20-நாட்களில் குழந்தையின் உடலிலிருக்கும் வெப்பம் குறைந்துவிடும்.

40-நாட்களுக்கு காலை மாலை கொடுப்பது நல்லது. கர்ப்ப உஷ்ணம் நீங்கி உடல் தேறும்.

இளம்பிள்ளை வாதம்

இது ஓர் கொடிய வியாதி. இதற்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் தடுப்பு ஊசி என்று குழந்தைகளுக்குப் போடுகிறார்கள். இது அறியாமை அநேகமாய் இக்காலத்தில் சுரம் கண்ட குழந்தைகளுக்குப் பென்சிலின் ஊசியோ அல்லது 'ச்ரெப்டோ பென்சிலின் ஊசியோ, குத்துவதனால் திடீரென கால்களோ அல்லது ஒரு கால் ஒருகையோ மரத்துப்போய் கால் கையைத் தூக்கமுடியாமல் போய் விடுகிறது. மற்றும் சிலருக்கு இடுப்பின் கீழ் ஊசி (Lumbar Puncture) போடுவதாலும் வருகிறது. பல குழந்தைகள் இவ்வித மருந்துவத்தால் கெட்டுபோனதைப் பார்த்திருக்கிறேன். பிறகு ஊசி போட்ட டாக்டரிடம் காண்பித்தால் ''அது தானாக சரியாகி விடுமென்று'' சொல்லியனுப்பி விடுகிறார்கள். சாதாரண சுரங்கள் குழந்தைகளைத் தாக்கினால் உடனே டாக்டரிடம் போய் இவ்வியாதிகளை சம்பாதித்துக் கொள்ளுகின்றனர். மிளகு, தும்பையிலை கஷாயம் போட்டு 2-வேளைகள் ஊற்றினாலே சுரம் குறைந்துவிடும்.

சாதாரணமாய் அதிக சுரம் கண்ட குழந்தைகளை டாக்டர் பார்க்கும்போது, அக்குழந்தை தன்னிலைமையற்று இருந்தால் அதற்கு ''மெனன்ஜைடிஸ்'' என்று ஒரு பெரிய பெயரிட்டு கணக்கற்ற ஊசிகளும் நெற்றியில் ஐஸ்ஸையும் வைத்து இளம்பிள்ளை வாதத்தில் கொண்டு போய் விட்டோ அல்லது உயிரையே முடித்தோ விடுவார்கள்.

இப்படிக் குழந்தைகளுக்கு சுரம் வரும் சமயம் பெற்றோர்கள் பயப்படாமல் சித்த மருத்துவமனைக்கோ, சித்த மருத்துவரிடமோ காண்பித்தல் நலம்.

இதற்கு மருந்து முன் சொன்ன வேப்பெண்ணைத் தைலமே போதும். சுரம் குறைந்துவிடும். உள்ளுக்கும் வெளிக்கும் பிரயோகப்படுத்தலாம். சிசுவாயிருப்பின் மலத்தை உடனே கழிக்க கிளிசரின் எனிமா கொடுத்து விடுவது நல்லது. குழந்தைகளுக்கு எனிமா கொடுப்பது நலம்.

மருந்து

சிவப்பு மண்ணில் எடுத்த சிவப்பு நிறமுள்ள பூநாகத்தைச் சுத்தி செய்து கருந்துளசிச்சாற்றில் அரைத்து 5-புடங்களிடவும். கறுப்பாயிருப்பின் வெடியுப்பு திராவகத்தால் (வெடியுப்பு 10-பாகம் படிகாரம் 25-பாகம் இரண்டும் சேர்த்து வாலையில் வடிப்பது) அரைத்து ஒரு புடமிட செந்தூரமாகும்.

இதில் இரண்டு அரிசி அளவு தேனில் குழைத்து காலை மாலை கொடுத்துவர, ஒரு வாரத்தில் கால் நடக்க வந்து விடும். மற்றொரு வாரத்துக்குள் கை தூக்கமுடியும். ஆனால் ஆங்கில மருத்துவர்களிடம் பல ஊசிகளைப் போட்டுக்கொண்டு வந்தவர்களுக்கு குணம் சீக்கிரத்தில் காணாது. குணம் காண பல நாட்களாகும்.

மற்றொரு முறை (லிங்க செந்தூரம்)

ஏழு கோழி முட்டையின் வெண்கரு எடுத்து அதில் பச்சைக் கற்பூரம் 2-கிராம் தூள் செய்து போடவும், அப்படியே மூடி வைக்கவும். தண்ணீராகும். தண்ணீரான பிறகு அந்த ஜெயநீரை லிங்கம் 10-கிராம் வாங்கி முட்டையோட்டினுள் லிங்கத்தை வைத்து ஷ ஜெயநீரை முக்கால் அளவு முட்டையோட்டிற்குள் ஊற்றி மேலும் மற்றொரு முட்டையோட்டை மூடி, சீலைமண் செய்து

உலர்ந்த பக்குவத்தில் எடுத்து 10- விறட்டியில் புடமிடவும். உமிப்புடம் இடுவது உயர்ந்தது. லிங்கம் கட்டியிருக்கும். எடுத்து பட்டுபோல் நுணுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு

சிசு பாலர்களுக்கு கடுகுஅளவு முதல் அரிசியிடைவரை தேனில் கொடுக்கவும்.

மேற்சொன்ன பூநாக செந்தூரம் ஒரு அரிசியிடையும், இந்த லிங்கச்செந்தூரம் கடுகளவும் சேர்த்து கொடுப்பது நலம். ஒரு வாரம் பத்து நாட்களில் இளம்பிள்ளை வாதம் குணமாகிவிடும். நீண்ட நாட்களாயிருக்கும் வாதத்திற்கு ஒரு வாரம் கொடுத்து நிறுத்தி இடையில் ஒரு வாரம் விட்டு மறுபடியும் 4, 5, நாட்களுக்கு கொடுக்கவும்.

லிங்கம் சேருவதால் அதிக உஷ்ணத்தை உண்டாக்கும். ஆகவே வயது, தேகதிடம் முதலியவை அறிந்து அளவுடன் கொடுக்கவும்.

குழந்தைகள் ஈரல் குலைக்கட்டிக்கு (நாகபற்பம்)

100-கிராம் சிறுகன் நாகத்தை உருக்கி 21-முறைகள் வேப்பெண்ணெயில் சாய்க்கவும். சுத்தியாகும். எடுத்து கடாயிலிட்டு உருக்கி கொம்புக் கள்ளி கிளையை வெட்டி அந்த பச்சைத்தடியால் 10-மணி நேரம் கடைய பற்பமாகும். அந்தப் பற்பத்தை எடுத்துக் கொம்புக்கள்ளியை வதக்கிப் பிழிந்த சாறு விட்டரைத்து ஒரு புடமிடவும். எடுத்து வஸ்திரகாயஞ் செய்து வைக்கவும்.

அளவு

ஒரு குன்றியிடை முதல் 4-குன்றியிடை வரையில் தேனில் காலை, மாலை கொடுக்கவும். அளவைக் குறைத்

தால் வேலை செய்யாது. உலோகமென்ற பயம் வேண்டியதில்லை.

பத்தியம்

காரம், புளி கூடாது. நிறைய பார்லி தண்ணீரைப் பசுவின்பாலில் கலக்கி கொடுக்கவும். 10-நாட்களுக்குக் கொடுத்து நிறுத்திவிடவும். 5-நாட்கள் கடந்த பிறகு மறுபடியும் 10-நாட்களுக்குக் கொடுக்கவும். இப்படி விட்டு விட்டு 48-நாட்கள் வரை கொடுக்க பூர்ண குணம் அடையும்.

மற்றொரு முறை

நாட்டு முள்ளங்கியை இடித்து எடுத்த சாறு ½-அவுன்ஸ், அதில் வெடியுப்பு மூன்று விரல்கள் பிடிக்கும் அளவு சேர்த்து கலக்கி காலை, மாலை 40-நாட்களுக்கு கொடுக்க கட்டிகள் கரைந்துவிடும். பயமில்லாமல் கொடுக்கக் கூடிய முறை. இதற்கு முன் குறிப்பிட்ட குமரி நீரில், இந்துப்பு சேர்த்து வைத்த நீரை 40-நாட்களுக்கு கொடுக்க குணமாகும்.

மண்ணீரல் வீக்கம் (Spleen enlargement)

கடல் நுரையை (ராமேசுவரம் கல்லென்பர்) சுண்ணாம்பு நீரிலிட்டு வேக வைத்து சுத்தி செய்து தூள் செய்து சிமைகுகையில் வைத்து ஊத சுண்ணமாகும். அரிசியிடை வெல்லத்தில் வைத்து உள்ளுக்கு காலை, மாலை கொடுக்கவும். இப்படி 48-நாட்கள் வரை கொடுக்கவும். வீக்கம் குறையும்.

மேலுக்கு பூச்சு

ஆனால் இதற்கு மேற்பூச்சும் மிக முக்கியம். வீக்கமிருக்குமிடத்தின் மேல்புறம் புற்று மண் தூள் சலித்துக்

கொண்டு தண்ணீரில் வெண்ணேபோல் கலக்கி தப்பளம் போடவும்.

குழந்தைகளுக்கு வரும் சிரங்குகளுக்கு

சிரங்கு குழந்தைகளுக்கு வருவது நல்லது. இது வெப்ப மிகுதியால் வருவது. உடலினுள்ளிருக்கும் துர்நீர் வெளியாகிவிடும். இல்லாவிடில் வேறு விதமான பிணிகளாய் பரிணமிக்கும். ஆயினும் இதை உடனடியாக குணப்படுத்துதல் சிறந்தது.

உள்ளுக்கு மருந்து

சிற்றுமணக்கெண்ணெயில் பூண்டு கொஞ்சம் தட்டி போட்டு பக்குவமாய்க் காய்ச்சி இரண்டு தேக்கரண்டியளவு உள்ளுக்கு கொடுக்கவும். பேதியாகும். உள்ளிருக்கும் துர்நீர் அதில் வெளிப்பட்டுவிடும்.

மற்றென்று

எலுமிச்சம்பழ அளவு வெண்ணே காலேயில் ஒரு வாரம் உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

மேலுக்கு பூச்சி

பூவரசன் பட்டையை 100-கிராம் காயவைத்து இடித்து தூளாக்கி அதன் அளவு சுருள்பட்டை சேர்த்து 1-லிட்டர் தேங்கா யெண்ணெயிலிட்டு வெயிலில் 3-நாட்கள் வைத்தெடுத்து உடம்பில் தேய்த்து 2, 3-மணி நேரம் இருக்கச் செய்து அரப்பு, இல்லாவிடில் சீக்காய் தேய்த்து குளிக்கச் செய்தால் 5-நாட்களில் குணமாகும்.

மற்றென்று

வெள்ளைக் காசுக்கட்டி வென்னீரில் போட்டு குழம்பாகும் பதத்தில் எடுத்து சிரங்குகளுக்கு தடவவும். 3-மணி நேரங் கழித்து சிகைக்காய் தேய்த்துக் குளிக்கவும்.

மற்றென்று

குப்பைமேனிச்சாறு ஒருலிட்டர், தேங்காயெண்ணெ ஒரு லிட்டர், இரண்டையும் தைலபதத்தில் காய்ச்சி இறக்கும் சமயம் கஸ்தூரி மஞ்சள்தூள் இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு போட்டு கலக்கி ஆறியபின் வடிகட்டி வைக்கவும். இதை பச்சை எண்ணெய் என்பர். இதைப் புண்களுக்குத் தடவி சில மணிகள் கழித்து குளிக்கவும், 4, 5-நாட்களில் குணமாகும்.

குழந்தைகள் கக்குவானுக்கு

அலுமினியப் பாத்திரத்தில் படிகாரத்தை பொரித்து வைத்துக்கொண்டு இரண்டு குன்றியளவு வென்னீரில் கலக்கி நாள் ஒன்றுக்கு 3-முறை கொடுக்க 5, 6-நாட்களில் குணமாகும்.

குழந்தைகள் இருமலுக்கு

குழந்தைகளுக்கு இடைவிடாமல் இருமல் காணும்; மூச்சுவிடாமல் இருமி சங்கடப்படும். இது எந்த மருந்துக்கும் உடனே அசையாது. இந்த இருமல் உஷ்ணத்தினுல் வருவது. அபானத்தில் வாயு சேர்ந்துகொண்டு கீழ் நோக்காமல் அந்த வாயு மேல்நோக்கி சுவாசக் குழாய்களைத் தாக்கும்

இதற்கு மருந்து

பூசுமஞ்சள் 10-கிராம் (மேல் தொலியை நீக்கவும்) மிளகு 10-கிராம். இவைகளைத் தனித்தனியே பட்டுப் போலரைத்து பிறகு ஒன்றுசேர்த்து புட்டியிலடைக்கவும்.

அளவு

ஒரு சிட்டிகை பாலில் கலக்கி உள்ளுக்கு 4-மணிக்கொருமுறை கொடுக்க இரண்டு வேளைகளிலேயே குணப்

படும். வேண்டுமாயின் மற்றும் இரண்டு வேளைகள் கொடுக்கலாம்.

பொது விதி

உடம்பில் சொரிந்தால் தண்டுதண்டாவதற்கு

சுண்ணாம்பு நீர்	10-அவுன்ஸ்
நல்லெண்ணெய்	5 ,,

இரண்டையும் கலக்க தயிர்போலாகும். அதை உடம்பில் பூசி உலர்ந்தபின், சுசகசா அரைத்து உடம்பின் பேரில் பூசி ½-மணிநேரம் ஊறவைத்து இளவெந்நீரில் குளிக்கவும்.

இந்திரியம் கட்ட

முருங்கைப் பிசினை உலர்த்தி நெய்யில் வறுத்து பொடிசெய்துகொள்ள வேண்டும்.

தீரும் வியாதி

நீற்றுப்போன இந்திரியம் கட்டும், மேகவெட்டை மேக ரணம் முதலியன குணமாகும்.

உபயோக முறை

மாதம் ஒன்றுக்கு 15 நாட்கள் காலை, மாலை சாப்பிடவும். அப்படி 4, 5, மாதங்கள் சாப்பிடவும்.

மலச்சிக்கல், அதனால் வரும் மயக்கம், சோகை, கால் வீக்கம், இருமல் முதலியவற்றிற்கு

1.	கடுக்காய் சூரணம்	50 கிராம்
2.	சூரத் நிலாவரை சூரணம்	50 ,,
3.	அதிமதுரத் தூள்	50 ,,

4.	ஆளி விரை	50 ,,
5.	ரோஜாப்பூ	50 ,,
6.	கற்கண்டு	100 ,,
7.	சீமை அத்திப்பழம்	50 ,,
8.	வறுத்த பாதாம் பருப்பு	50 ,,
9.	கொட்டை திராட்சைப்பழம் (கொட்டை நீக்கியது)	50 ,,

எல்லாவற்றையும் இடித்து வைக்கவும். அதில் ஒரு தேக்கரண்டியளவு எடுத்து 2-டம்ளர்கள் தண்ணீர்விட்டு ½ டம்ளராக வற்ற வைத்து வடிகட்டி காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். முதல் 2-நாட்களுக்கு ஒன்றிரண்டு முறை பேதியாகும். பிறகு பிரதிதினமும் மலசுத்தி நன்றாயாகும். பிரதிதினமும் 48-நாட்களுக்கு சாப்பிடவும்.

பல வியாதிகள் குணமாகும். உடலிலுள்ள காந்தல் சொறி, சிரங்கு, மயக்கம் முதலியன குணமாகும்.

மேல் சுவாசத்திற்கு

சிலருக்கு கப அடைப்பினாலும், மற்றும் சிலருக்கு வாயுவினாலும் மேல் சுவாசம் உண்டாகும்.

மருந்து

1.	அதிமதுரம்	10 கிராம்
2.	சுக்கு	5 ,,
3.	சீனி கற்கண்டு	15 ,,

அதிமதுரம், சுக்கு இரண்டையும் தட்டி இரண்டு டம்ளர் தண்ணீரிலிட்டு கற்கண்டும் சேர்த்து காய்ச்சி, ஒரு டம்ளராக வற்றவைத்து வடிகட்டி படுக்கும் சமயம் சாப்பிடவும். ஆஸ்துமா நோயாளிகளும் இம்முறைப்படி சாப்பிட குணமளிக்கும்.

வாதத்தினால் வரும் வீக்கங்களுக்கு

தேவதாரிப்பட்டை, பரங்கிச்சக்கை இரண்டையும் உத்தாமணி (வேலிப் பருத்தி) சாற்றில் இழைத்து சூடு செய்து பற்று போடவும்.

பாதங்களில் நீர் இறங்கி வீக்கமிருந்தால்

வெள்ளாட்டு சாணியை லேசாய் வறுத்த காடி (Vinegar) விட்டரைத்து பற்று போடவும்.

அமுக்கிராக்கிழங்கு தண்ணீர் விட்டரைத்து பற்று போடலாம்.

மதுமேகம் (Diabetes)

அப்பிரக செந்தூரம் குன்றியிடை கீழ்கண்ட சூரணத்தில் 48-நாட்கள் சாப்பிட மதுமேகம் குணமாகும்.

1.	அமுக்கிராக்கிழங்கு	50 கிராம்
2.	ஆவரை பஞ்சகம்	10 "
3.	சீரகம்	15 "

எல்லாவற்றையும் சூர்ணம் செய்துகொண்டு பசுவின் பாலில் புட்டவியல் செய்து எடுத்து நிழலில் உலர்த்தவும். சலித்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

அப்பிரக செந்தூரம் செய்முறை

அப்பிரகத்தை சீமை குகையிலிட்டு வெங்காரம் கொடுத்து உருக்கி எடுக்கவும்.

1.	உருக்கி எடுத்த அப்பிரகம்	50 கிராம்
2.	ரசம்	50 "
3.	கெந்தகம்	20 "
4.	சிலாசத்து ...	50 கிராம்
5.	பொரித்த கோழிமுட்டையோடு	20 "

எல்லாவற்றையும் சேர்த்து பழச்சாறு விட்டரைத்து மூன்று புடம். குமரிச்சாறு விட்டரைத்து ஒரு புடம். செந்தூரம் கொஞ்சம் வெண்மையாக இருக்கும்.

பத்தியம்.

கடுகு, நல்லெண்ணெ, புளி, மீன், கருவாடு, கோழிக் கறி கூடாது.

மற்றொரு முறை

சிறியாநங்கை மூலிகை சமூலம் சூரணம் செய்து குன்றியளவு காலை, மாலை பசுவின் பாலுடன் 20-நாட்களுக்கு சாப்பிடவும். சாப்பிடும்போது உடலில் வெப்பம் அதிகமாய் கண்டால் மருந்தை நிறுத்திவிட்டு 10-நாட்கள் கழித்து மறுபடியும் மருந்தை தொடர்ந்து சாப்பிடவும். 40-நாட்களில் குணமாகும்.

புற்றுநோய் (Cancer)

சித்த மருத்துவத்தில் புற்று நோயைப்பற்றி விரிவாகச் சொல்லப்பட்டுள்ளது. இந்நோய் தாக்கப்படுவதற்குக் காரணம் இன்னும் மேனாட்டு மருத்துவத்தில் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. சித்த மருத்துவத்தில் இந்நோய் ரத்தத்தின் கோளாறினால் உண்டாகுமென்று சொல்லப்பட்டுள்ளது. ஒருவித நஞ்சு ரத்தத்தில் பரவி தடைப்பட்ட இடங்களில் புற்று உண்டாகிறது. ரத்தத்தை சுத்தி செய்தால் இந்நோய் தானாகவே எமன் வாய்க்குப்போகும். புற்றுகளில் கன்னப்புற்று, நாக்குப் புற்று, தொண்டைப்புற்று, லிங்கப்புற்று, வயிற்றுப்புற்று, யோனிப்புற்று என பலவித புற்றுகளைப்பற்றி, சொல்லப்

பட்டுள்ளது. இதற்குப் பலவிதமான மருந்துகளையும் மூலிகைகளையும்பற்றி சித்த மருத்துவத்தில் சொல்லப் பட்டுள்ளது.

இந்நோய் துன்மார்க்க பழக்கங்களினால் 100-க்கு 90-பங்கு உண்டாகிறது.

புகையிலையை வாயில் அடக்குபவர்களுக்கு கன்னத்தில், நாக்கில், தொண்டையில், உணவு குழாயில், ஏன், வயிற்றிலும் புற்று நோய் தாக்கும். அதேபோல் பீடி, சிகரெட், சுருட்டு பிடிப்பவர்களுக்கும் இந் நோய் தாக்கும். முக்கியமாக நுறையீரல்களையும் தாக்கும். மதுபானம் என்னும் குடிப்பழக்கம் உள்ளவர்களுக்கு அநேகமாக கல்லீரல், வயிற்றில், மண்ணீரல் முதலிய உறுப்புகளில் புற்றுநோய் தாக்கும். மூக்குப் பொடி போடுபவர்களுக்கு தொண்டையில் தாக்கும். இந் கெட்ட பழக்கங்கள் உள்ளவர்கள் சிலருக்கு இந் நோய் தாக்க வில்லையே யென்று கேட்கலாம். அவர்களுக்கு வேறு விதமான தீரா நோய்கள் தாக்கி மரணத்தை உண்டு பண்ணக்கூடும். எந்த உறுப்பு உடலில் சக்தியிழந் துள்ளதோ அந்த உறுப்பின் பகுதியில் கட்டி போல் கிளம்பும்.

சாதாரணமாக கழுத்து, காதின்கீழ், துடை இடுக்கில், அக்குள், கணுக்காலின்கீழ், குதிகாலில் இந் நோய் தோன்றும்.

வயிற்றில் கட்டியுள்ளவர்களுக்கு கொஞ்சம் கொஞ்சமாய், பசியின்மை, வலி, வாந்தி முதலிய அறிகுறிகள் தோன்றி வெகுவிரைவில் கட்டி பெரிதாகி வயிற்றினுள் காலிபிளவர் போன்று பரவும்.

பின் கல்லீரலைத் தாக்கும். அந்த நிலைமை வரும் போது வயிறு சுரந்து கல்போலாகி விடும். மூச்சுத்

திணறல் உண்டாகும். திரவ ஆகாரம் சாப்பிட்டாலும் கூட உடனே வாந்தியாகிவிடும். இந்த நிலைமை பரிதாப கரமானது.

தொண்டையில், உணவுகுழாயில் உண்டாகும் புற்று நோய் இன்னும் மோசமானது முதலில் சாதம், ரொட்டி முதலிய கட்டிப்பொருள்கள் விழுங்கும்போது வலி தோன்றும். வெகுவிரைவில் இது பருத்து கட்டிப் பொருள்கள் உள்ளே போக தடைபடும். அதன் பிறகு நீராகாரங்கள்கூட உள்ளே போகமுடியாத நிலைமை ஏற்படும்.

உணவுக்குழாயில் புற்று ஏற்படின் உணவு தொண்டையில் இறங்கிநெஞ்சில் வந்து நிற்கும். தண்ணீர் சாப்பிடின் இறங்கும். இந்த நிலைமை கொஞ்ச நாட்கள் நீடிக்கும். அதன் பிறகு தண்ணீர் குடித்தாலும் உள்ளே இறங்காது. வெளியே தள்ளப்பட்டு பன்மடங்கு தண்ணீருடன் வாந்தியாகும்.

ஆங்கிலத்தில் இந்நோய்க்கு Carcinoma Eosophagus என்று சொல்வர்.

நாக்கின் அடிப்பாகத்தில் புற்றுநோய் வருபவர்களுக்கு நாக்கை உழட்டி மென்று உணவை அருந்த முடியாது.

பெண்களுக்கு சாதாரணமாய் முலைகளினும், யோனிக்குள்ளும், கர்ப்பப்பையிலும் இந்நோய் தாக்கும். மூலத்திலும் வரும் cancer, breast, cervix, uterus, Rectum என்று முறையே ஆங்கிலத்தில் சொல்வர்.

குழந்தைகளுக்கு கண்ணில் இந்நோய் தோன்றும். ஒன்பது வயதுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகள், பெரியோர்களுக்கு இரத்தத்தில் இந்நோய் உண்டாகும். இதை Leukamia என்று ஆங்கிலத்தில் சொல்வர்.

எந்தவிதமான புற்றுநோயாயிருப்பினும் சரி. இது வரையில் உலகத்திலேயே இதற்கு மருந்து கண்டுபிடிக்க வில்லை.

பணக்கார நாடு என்று சொல்லப்படும் அமெரிக்கா நாட்டில் இந்நோய்க்கு மருந்து கண்டுபிடிக்க வருடம் ஒன்றுக்கு கோடிக்கணக்கான டாலர்கள் செலவழித்து வருகிறார்கள். பலனில்லை. அந்நாட்டில் 100-க்கு 20-நபர்கள் புற்று நோயினாலேயே மாண்டுபோகின்றனர்.

இந்நோய்க்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் மின்கதிர் சிகிச்சை, ரேடியம் ஊசி பிரயோகம், அறுவை சிகிச்சை, நரம்பின் மூலமாய் விஷ மருந்தை உடலில் செலுத்துவது தவிர வேறுவகை மருத்துவம் கிடையாது. இவைகளை முறையே Cobalt Therapy, Radium Needle, Operation, Chemo Therapy என்று சொல்வர்.

அதாவது கோபால்ட் தேராபி, கேமோ தேராபி என்ற ஒலியிலேயே தேரா-பீ என்றுள்ளதை கவனியுங்கள், இவ்வித சிகிச்சைகளினால் பூரணகுணமளிக்க முடியா தென்பது அம் மருத்துவமே சொல்கிறது. அதை Palliative treatment என்று சொல்வர். உபசாந்தி மருத்துவமென்று அதற்குப் பொருள்.

இவ்வித சிகிச்சைக்கு முன் பயாப்சி யென்ற பரிசோதனை ஆபரேஷன் ஒன்று செய்வர். புற்று கண்ட இடத்தில் சிறிதளவு தசையை எடுத்து அது புற்றுதானு இல்லையா என்று பரிசோதிப்பர். இந்த டெஸ்ட் என்னும் பரிசோதனையே ஆபத்தானது. புற்று நோயிருக்கும் இடத்தில் கத்திபட்ட உடன் அங்குள்ள புற்று அணுக்கள் சில அழுகி அந்த அணுக்கள் ரத்தத்தில் கலந்து உட லெல்லாம் புற்றுநோய் பரவ வாய்ப்புண்டு. மூலைகளில்

செய்யும் அவ்வித பரிசோதனையின் பின். அப்புண் அவர் களாலேயே ஆற்ற முடிவதில்லை. அம் மூலை முழுவதுமாக அறுத்து எடுத்தால்தான் முடியுமென்று சொல்வர்.

மேற்சொன்ன காரணங்கள் எல்லா உறுப்புகளுக்கும் பொருந்தும். கை, காலில் புற்றுநோயென்றால் அந்த உறுப்புகளை வெட்டிப் போட்டுவிட வேண்டுமென்று சொல்வர். அவ்வித ஆபரேஷன் செய்த பிறகு மற்றொரு காலுக்கோ, கையிற்கோ அல்லது உடலில் வேறு இடங் களிலோ புற்றுநோய் பரவக்கூடும். அப்போது கையையோ மற்றொரு காலையோ வெட்ட வேண்டிய நிலைமை உண்டாகும்.

கோபால்ட் தேராபி என்பது மின்கதிர்களை புற்று கண்ட இடங்களில் செலுத்துவதாகும். இதனால் புற்று கண்ட இடம் மாத்திரமில்லாமல் சுற்றியுள்ள உயிரணுக் களும் கொல்லப்பட்டு விடுகின்றன. புண்ணில் நெருப்பு வைப்பது போலாகும். இவ்வித ரேடியேஷனுக்குப் பிறகு நோயாளிகளுக்கு சோர்வு, பசியின்மை, தாங்க முடியாத வலி ஏற்படும். டாக்டர்களிடம் சென்றால் ஒரு டானிக், வலியில்லாமலிருக்க மாத்திரைகள், (Sedatives) தூக்க மாத்திரைகள் (Tranquilisers) தாராளமாக எழுதித் தருவர். ஆனால் கொஞ்ச நாட்களே பயன்படும். முதலில் 1-மாத்திரை சாப்பிட்டால் ஆறுமணி நேரம் வலி நிற்கும். இரண்டு நாட்கள் கழித்து அதே மாத்திரை நான்குமணி நேரமே வேலை செய்யும். பிறகு மூன்றுமணி நேரம், இரண்டு மணி நேரமென குணம் குறைந்து கொண்டே போகும். அதன்பின் வேளைக்கு இரண்டு மாத்திரை, மூன்று மாத்திரை சாப்பிட்டாலும் வலி நிற்காது. அதைப் போன்றுதான் தூக்க மாத்திரையும். டானிக் மருந்து ஒரு பயனையும் தருவதில்லை. அதன்பின் நோயாளியின் கதி நிற்கதிதான்.

இப்பொழுது "கெமோ தெராபி" என்பதைப் பற்றி ஆராய்வோம். இதன்கீழ் மூன்று நான்கு மருந்துகள் உள்ளன. அதை க்ளுகோஸ் நீரில் கலந்து ஊசிமூலம் உடலில் ஏற்றுவர். உடல் பலமுள்ளவர்கள் ஐந்தாறு ஊசிகள் தாங்குவர். சிலர் ஒன்றிரண்டு ஊசிகள் முடிவதற்குள் வாந்தி, குமட்டல், பசியின்மை, உடலெல்லாம் எரிச்சல் முதலிய பயங்கரமான நோய்கள் ஈசல்கள் போல் கிளம்பும். தலை முடியெல்லாம் உதிர்ந்துவிடும். ரத்தம் முழுதும் உடலிலிருந்து சுவறிப்போகும். அதற்கு ரத்தம் ஏற்றுதல் (Blood Transfusion) சிகிச்சை ஆரம்பம் செய்வர். பிறர் ரத்தம் ஏற்றிய பிறகு சிலருக்கு மஞ்சள் காமாலை நோய் தாக்கி நோயாளியின் ஆயுளை முடித்துவிடும்.

இந்தக் "கெமோ தெராபி"யைப் பற்றி அமெரிக்க மருத்துவ மேதைகள் சொல்வதை இங்கு கவனிக்கத் தக்கது.

"The attempt to control Cancer with the treatments of choice, chemotherapeutic drugs constitutes the cruelest irony of all; it is literally a gamble whether the patient will survive the treatment long enough to try to withstand the prolonged agony from the side effects. Cancer therapy has become a war game, with powerful ante-metabolytes and nitrogen mustards, originally developed as chemical welfare during World War II, used on sick weakened patients in the hope of destroying an enemy that is a part of themselves.

In several recent studies of common Cancer chemo-therapies conducted at the Notional Cancer Institute and published in Cancer chemotherapy reports, as many as 25 percent of the treated patients died directly as a

result of drug toxicity. In fact, virtually all of the Cancer chemotherapy drugs are highly toxic in applied dosages; immunosuppressive and potentially carcino-genic.

Hardin Jones Ph. D., Professor of Medical Physics and Physiology at the University of California at Berkley writes in a report he submitted to American Cancer Society Science Writers Seminar in 1969" Evidence for benefit from Cancer Therapy has depended on systematic biometric errors."

In 1975 Dr. Jones stated, "My studies have proven conclusively that untreated Cancer victims actually live up to four times longer than treated individuals. Dr. Jone's findings have yet to be refused.

Numerous drugs prescribed for a variety of conditions have been shown to cause Cancer. R. W. RAVEN and F. J. ROE, in the medical text 'PREVENTION OF CANCER,' list many antibiotics as causing Cancer or Leukamia including Penicillin. Sulphanalamide actino-mycin, Streptomycin and isoniazid. Se eral studies identify Corticosteroids, commonly used inthe treatment of orthritis as Cancer promoting agents. Much attention has been given to studies linking estrogen harmones such as those used in birth control pills with an increa. Cancer incidence.

By Courtesy-EAST
WEST JOURNAL
1979 U S A.

மேற்கண்ட ஆங்கில மருத்துவ மேதாவிகள் எழுதியுள்ளதை முழுமையும் தமிழில் மொழி பெயர்க்க

இடமில்லை. சுருக்கமாய் எழுதுகின்றேன். தற்காலம் புற்றுநோய்க்காக ஆங்கில மருத்துவத்தில் கொடுக்கும் மருந்துகள் கொடுமையானவை. முழுமையும் விஷங்கள். அம் மருந்துகளின் கொடுமையினுலேயே நூற்றுக்கு இருபத்தைந்து புற்றுநோயாளிகள் இறந்துபோகின்றனர். மேற்படி மருத்துவ சிகிச்சை செய்யாத நோயாளி மருத்துவம் செய்த நோயாளியைக் காட்டிலும் பன்மடங்கு வருடங்கள் உயிர்வாழ்கிறேம்.

ஆகவே நாம் அறிவது என்னவெனில் தற்காலம் புற்று நோய்க்கு செய்யப்படும் மருத்துவம் அசுர சிகிச்சை கொடுமையானது. அநாகரீகமான என்பதாம்.

இவ்வித அநாகரீகமான சிகிச்சைக்காக கோடிக் கணக்கான ரூபாய்களை செலவழித்துக் கொண்டு மருத்துவ மனைகள் பெருகி வருகின்றன. மஹாத்மா காந்தி சொல்வதை கவனியுங்கள்.

"A multiplicity of hospitals is no test of civilisa. tion, rather it is a symptom of decay"

அதாவது கணக்கற்ற மருத்துவமனைகள் பெருகுவது நாகரீகத்தின் அறிகுறியல்ல; அது அழிவுக்கு அறிகுறியாகும் என்பது ஓர் ஞானியின் மொழியாகும்.

இப்பொழுது நம் நாட்டில் இயங்கும் புற்றுநோய் மருத்துவமனைகளில் சிகிச்சை பெற்று குணமானவர்கள், இறந்தவர்கள் இவர்களின் எண்ணிக்கையை மக்கள் எல்லோரும் அறியும்வண்ணம் ஆறு மாதத்திற்கொரு முறை பிரசுரம் செய்தால் அந்த மருத்துவமனைகள் சில நாட்களாவது ஓடுமா என்பது சந்தேகம்.

ஆலோபதி (ஐயோபதி)யிலுள்ள மருந்துகள் அனைத்தும் செயற்கை பொருள்களால் செய்யப்பட்டவை.

நம் நாட்டில் இயற்கை மருந்துகள் மூலிகைகளாக சஞ்சரிக்கின்றன. அவைகளின் பயனையறிந்து மருந்துகள் செய்து பயனடைவதை மேனாட்டு மருந்து கம்பெனிகளும், அவர்கள் ஏஜென்டுகளாக சிகிச்சை செய்யும் மருத்துவர்களும், இருட்டடிப்பு செய்துவிட்டார்கள். அது மாத்திரமா? நாட்டு மருந்து சாப்பிட்டதின் விளைவுதான் உனக்கு வந்த நோய் என்று, நோயாளிகளை பயமுறுத்தல் செய்தனர். ஆனால் தற்காலம் ஓரளவுக்கு குறைந்து வருகிறது.

"Today, although some drugs are biologically based (harmones alkaloids, Vaccines, antibiotics) the majority of pharmaceutical products are derived from petrochamicals or coal tar."

—Peter Bony.

இன்றுள்ள ஆங்கில மருந்துகள் சிலவற்றைத் தவிர மற்றெல்லாமே பெட்ரோல் ரசாயனப் பொருள்களிலிருந்தும், சாலைகளில் ஊற்றும் தாரிலிருந்தும், செய்யப்படுபவையாகும் என்று சொல்கிறார் ஓர் விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியாளர். இதை யாரும் மறுக்க முடியாது.

"The systematic replacement of natural therapies (non toxic substances, diet, and the innate healing power of the healer and the afflicted) with an evermore dazzling and expensive arrqy of invasive, technological weaponry (including surgery, radiation, and foremost chemical drugs) is a Faustian bargain that now constitutes a Catastrophic threat to public health."

"ஆபரேஷன், மின்சிகிச்சை, ரசாயன மருந்துகளினுல் செய்யப்படும் கொடுமையான சிகிச்சைகள், சமுதாயத்திற்கு அழிவை உண்டாக்குமென்றும்" வலியுறுத்துகிறார்.

முக்கியமாக நம் குழந்தைகளுக்கு மேனாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை கிஞ்சித்தும் ஒவ்வாது. சுரமென்று குழந்தையைக் கொண்டு போனால் மாத்திரை மருந்து மாத்திரம் கொடுப்பதைவிட்டு பணம் அதிகமாய் பெறுவதற்கு, டாக்டர்கள் குழந்தையின் புட்டத்தில் ஊசி குத்தி, எத்தனையோ குழந்தைகளின் கால்கள் செயலற்றுப் போய் நொண்டிகளாக வாழ்கின்றனர். மருத்துவமனைக்கு கொண்டு போனால் மாவு கட்டு போட்டும் குணமாகாமல் தவிக்கிறார்கள்.

மேலும் சில வருடங்கள் கழிந்தபின் புற்று நோய்க்கு தாங்கள் அளித்த சிகிச்சை அநாகரீகமானதென்று ஆலோபதி மருத்துவர்கள், விஞ்ஞானிகள் ஒப்புக் கொள்வர். அழிவை உண்டாக்கிவிட்டு காலங் கடந்து ஒப்புக்கொள்வதால் என்ன பயன்?

வயிற்றினுள் கட்டியிருப்பதைக் கண்டுபிடிக்க தாங்கள் இதுவரையில் கையாண்ட முறை ஆபத்தான தென்றும், இப்பொழுது நூதனமாக ஒரு ஆயுதம் கண்டு பிடித்திருப்பதாகவும் ரேடியோவில் சில நாட்களுக்கு முன் ஒரு டாக்டர் பேசியதை வாசகர்கள் கேட்டிருக் கலாம். இப்படி எத்தனை எத்தனையோ கொடுமைகள் நடந்து வருகின்றன. ஏட்டில் கணக்கிட்டு எழுத முடியாது. நோய்வாய்ப்பட்ட காலை வெட்டுவதற்கு பதில் மற்றொரு நல்ல காலை வெட்டுவது, புற்று நோய் கண்ட கண்ணை பிடுங்குவதற்கு பதில் நல்ல கண்ணை தகர்த்து எறிந்தது. இப்படி பல பல அசிங்கங்கள் நடந்து வருவதை நாம் பத்திரிகைகளில் படித்துவருகிறோம்.

பெனிசிலியன் ஊசியினால் இறந்தவர்கள் எண்ணிக்கை கொஞ்ச நஞ்சமா, டாக்டர்களே பலியாகியிருக்

கிறார்களென்றால் இந்தக் கொடுமையை யாரிடம் போய் சொல்வது.

வாசகர்களே!

புற்றுநோய் கண்டால் வேப்பிலை, சீரகம் சேர்த் தரைத்து எலுமிச்சம்பழ அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு பால் சாதம், மோர்சாதம், கசப்பு நாரத்தங் காய் ஊறுகாய் முதலியன சாப்பிட்டு பத்தியமாக இருங்கள். தொடர்ந்து 2, 3, மாதங்கள் சாப்பிடுங்கள்.

நெஞ்சில் அடைப்பு ஏற்படின் வில்வத்தழை 2, மிளகு எண்ணிக்கையில் ஆறு சேர்த்தரைத்து பாலில் சாப்பிடுங் கள். வயிற்றில் மற்ற பாகங்களில் புற்று நோய் கண்டால் துளசியிலை 21, மிளகு 6, சேர்த்தரைத்து மோரில் கலக்கி சாப்பிடுங்கள். தொடர்ந்து சாப்பிட்டுக் கொண்டு ஆண்டவன் துணையையே நாடி இருங்கள், உங்கள் நோய் குணமாகும். அப்படி ஒருவேளை ஆகாவிடினும் பணத்தை விரயம் செய்து, உயிரையும் சீக்கிரம் விரையம் செய்வதைக் காட்டிலும் சில வருடங்கள் உயிர் வாழ்ந்து சுகமாயிருக்கலாம்.

நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்

முற்றும்

சித்தர் மெய்ப்பொருள்



ஆசிரியர்
வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமய்யா, B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை - 600 106

சித்தர் மெய்ப்பொருள்

ஆசிரியர் :
வி. பலராமய்யா பி.ஏ.,பி.எல்.,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
ஜட்ஜ் பங்களா, சஞ்சீவி நகர், அரும்பாக்கம்,
சென்னை-600 106.

முதற்பதிப்பு—1969
இரண்டாம் பதிப்பு—1972
மூன்றாம் பதிப்பு—1978
நான்காம் பதிப்பு—1981
ஐந்தாம் பதிப்பு—1988

ஆசிரியர் இயற்றிய மற்ற நூல்கள்

1. சித்தர் மெய்ப்பொருள்
2. சித்தர் கைகண்ட மருந்து
3. உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து
4. நீடூழி வாழ வழி
5. Greatness of Sidha Medicine (ஆங்கிலம்)
6. வாத வைத்தியத்துக்காதி
7. அமுத கலசம்
8. சாகாக் கலை
9. பதார்த்த குண போதினி
10. The Art of Deathlessness (U. S. A. Publication)
11. சித்த மருந்து செய்பெரு முறைகள்
12. கடவுளும் மோட்சமும் (அச்சில்)
13. பொன் மொழிகள் ஆயிரம்
14. முப்பூ குரு

மாருதி பிரஸ்
173, பீட்டர்ஸ் ரோடு
சென்னை-600 014.

Dt. 14.3.1991.

I hereby authorise Smt. Anjana Devi, my second daughter residing at Arumbakkam, Madras to manage the Aruljothi Pathippagam and also enjoy the profit or loss arising out of such management. She is fully authorised to arrange for the publication of all my books with the above said Pathippagam for the time being and also to continue this activity after my life time also. The publication work has been pursued by me to educate the public and I wish that Smt. Anjana Devi is my only daughter who can fulfil my wishes and accordingly I entrust this publication work to her. Since I have assigned this work specifically to Smt. Anjana Devi to the exclusion of other legal heirs. I propose not to mention these aspects in any of my wills that are likely to be made in future. My best wishes to loving Smt. Anjana Devi

(Dr.V.BALARAMIAH)

To

Mrs. Anjana Devi,
Arumbakkam, Madras.

உளங்கனிந்த இதய அஞ்சலி

இந்நூலின் ஆசிரியர், வைத்தியரத்தினம், அமரர் வி. பலராமய்யா அவர்களுக்குப் பதிப்பகத்தாரின் இதய அஞ்சலி.

தங்களின் செல்வமகளாகிய நான் தங்களிடம் அனுபவப் பூர்வமாகக் கற்றுக்கொண்ட சித்த மருந்துகள் செய்யும் முறையைக் கொண்டும், தாங்கள் எனக்கு இளவயது முதல் தாங்கள் மறைந்ததுவரை போதித்து வந்த அனைத்து விஷயங்களையும் கற்றுத் தேர்ந்ததைக் கொண்டும், இன்று வரை இந்த அருள்ஜோதி பதிப்பகத்தை இயக்குவதிலும், மேலும் தங்களின் சித்த மருந்துகள் செய்யும் முறைகளைக் கற்றுக் கொண்டதினால் 'R. A. தேவி புற்றுநோய் சித்தவைத்தியசாலை' என்கின்ற வைத்தியசாலையைத் தாங்கள் வாழ்ந்த அதே ஜட்ஜ் பங்களா, அரும்பாக்கம் சென்னை—600105 என்ற முகவரியில் தங்கள் அருளால் தொடர்ந்து நடத்தி வருகிறேன்.

தாங்கள் சாகாவரம் பெற்ற சித்தர்கள் வழியில் தோன்றியவர். இப்புவியில் எங்கோ ஓர் இடத்தில் இருந்து கொண்டு எனக்கு அருள்புரிந்து புகழ்ச்சியும் பொருளும் ஈட்டித் தந்துகொண்டு இருக்கிறீர்கள் என்பதை என்னால் மறுக்கமுடியாது தாங்கள் என்றென்றும் எனக்கு நல் ஆசிகள் நல்கி என்னை மேலும் வளரச் செய்து தங்களின் மருத்துவப் புகழை மக்களுக்குப் பரப்பி 'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்' என்ற பழமொழியை உண்மையாக்கி, மக்களுக்குத் தொடர்ந்து சேவை செய்ய தங்களின் அருளை என்றென்றும் வேண்டும் தங்களின் மகள் என்கிற பெருமையை உடைய

R. அஞ்சனாதேவி

உரிமையாளர் :

அருள்ஜோதி பதிப்பகம் &
R. A. தேவி புற்றுநோய் சித்தவைத்தியசாலை
10, ஜட்ஜ் பங்களா
பாஞ்சாலி அம்மன் கோவில் தெரு
சஞ்சீவி நகர்
அரும்பாக்கம், சென்னை—600 106.
தொலைபேசி : 422521.

சிறப்புரை

காஞ்சி தொண்டை மண்டலாதீன குரு மகாசந்நிதானம் சீலத் திரு. ஞானப்பிரகாச தேசிக பரமாசாரிய சுவாமிகள் அவர்கள் திருவுள்ளம் :

தமிழக சித்தர்கள் பண்டைக்காலத்தில் உபதேசித்தருளிய மெய்ப்பொருளுண்மைகளை மிகப் பிற்காலத்திலே எழுத்துருவிற் காட்டினர். அவர் வழியொழுகிய சான்றோர் அவ்வுருவை அவை பெறும்வரை அவரவர் அநுட்டானத்திலே மட்டும் இருந்தது. நெருங்கித் தொண்டு புரிந்த பாருக்கர்களுக்கு மட்டும் உபதேசித்தருளினர். இன்றும் சித்தர்களின் அநுபவசித்திகள் எழுத்துருப் பெறுதனவாய்ப் பல உள்ளன. பெற்றவற்றுள்ளும் எல்லாம் விளங்குவன அல்ல. அவை சித்தர் நெறியில் ஒழுகியோர் பாடியனவே எனத் துணியினும், அத்துணிவு நிலைபெறாது. பலதிறத்தால் அவை பொருள் விளங்காத நிலையையெய்தின. சித்தர் மருத்துவ நெறி யுண்மைகளைச் சார்ந்தியே உணர்த்துகின்றன. அவற்றின் உணர்ச்சியைப் பெறுதல் மிக அரிது. மருத்துவநெறி பல்வகை. ஒவ்வொரு நெறியும் வெவ்வேறு பெயரால் வழங்கப்படுகின்றன. அவற்றுள் 'சித்த வைத்தியம்' என்னும் வழக்கம் இக்காலத்திலும் பலர் நாவில் அடிபட்ட வழக்காயுள்ளது.

அதற்குக் காரணம் நாம் அறிந்த அளவில், திருவாளர் வி. பலராமய்யா B.A.,B.L. அவர்கள் இளமை முதலாகச் செய்துவந்த ஆராய்ச்சியும், அதன் பயனாக ஆங்காங்கு ஏற்பட்டுள்ள சித்தமருத்துவ நிலையங்களும், அவற்றோடு அவர்கள் உயரிய பதவிகளில் விளங்குவோர்கள் வாயிலாகச் சித்தவைத்தியம் ஒரு மெய்ப்பொருள் நெறியையொட்டிய முழு உண்மை என்று பரவும் வாய்ப்பும் ஆகும். ஆகவே, அவர்கள் அம் மெய்ப்பொருள் நெறியைக் குறித்து பெருந் தலைப்பில் ஒரு நூல் வெளியிடுதல விரும்பி, இதனை எழுதினார்கள். பற்பல ஆண்டின் முன்னரே தருமை யாதீனத்துத் திங்கள் வெளியீடு 'ஞானசம்பந்தம்' என்னும் இதழில் தொடர்ந்து சித்தமருத்துவக் கட்டுரைகளை எழுதிக்கொண்டு தமிழகத்திற்கு இதனை அறிவித்துவந்த மாண்பு அவர்கட்கே தனித்துரியதாகும். அப்பணியே புள்ளிருக்குவேளூரில் (வைத்தீசுவரன் கோயில் சார்பில்) டெ ஆதீனத் திருப்பணிகளில் ஒன்றாகிய 'சித்த மருத்துவ நிலையம்' தோன்றி இன்றும் மிக்கச் சிறப்போடு பயனளித்து வருகின்றது. திருப்புகலூர் முதலிய பிற இடங்களிலும் இவர்களது ஆராய்ச்சியின் விளைவாய் அத்தகைய நிலையம் பல தோன்றின.

இந்நூலின் தலைப்புக்கள் தம் உட்கருத்துக்களின் விளக்கத்திற்குப் பொருத்தமாக இருப்பதே ஆசிரியரது அநுபவ விசேடத்தையும் உலகுபகாரமாக வழங்கும் உண்மைநெறி விளக்கத்தையும் வெளிப்படுத்தும். இங்குப் போந்து அருகிலிருந்து தொடர்ந்து படித்துக் கேட்கச் செய்தார்கள். திருமூலர் திருமந்திரமாலை முதலியவற்றிலிருந்து பற்பல பாடல்களும் பாடற் பகுதிகளும் பழமொழிகளும் இடையிடையே மேற்கொண்டு காட்டியிருத்தல்

மக்களை நம்பிக்கையோடு இச் சித்தர் நெறியில் ஒழுகிப் பயனுறச் செய்யும்.

'இறப்பிலர் இன்பவாழ்வு எய்த விழைவோர் நன் முயற்சி' இந்நூலைத் துணையாகக் கொள்ளின், நிறைவுறப் பெறுவர். சித்தர் வகை நான்கு. சரியாசித்தர், கிரியா சித்தர், யோகசித்தர், ஞானசித்தர் என்னும் நாற்றிறத் தோருள் ஞானசித்தரே பிறப்பிறப்பில்லாப் பேரின்ப வாழ்வு, இவ் உடலோடு கூடியிருக்கும்போதே பெறுவார். "ஞானத்தால் வீடு", "ஞானமலாதுகதி கூடுமோ?" முதலியன ஞானசித்தர்க்கே வீடுபேறு என்பதை நிறுவும். உடல் ஒழிந்த பெறும் பேரின்ப நிலையை இவ்வுடலிருக்கும்போதே பெறுவதுதான் சீவன் முக்தி நிலை. சிவஞான சித்தியாரில், "அந்நிலமை இந்நிலையில் அடைந்த முறையாலே மாயமெலாம் நீங்கி அரன் மலரடிக்கீழ் இருப்பான் மாறாத சிவாநுபவம் மருவிக்கொண்டே இருப்பான்" என்றதை அறிக.

அணிமா முதலிய எண்பெருஞ்சித்திகளை வீடுபேறு என்று சொல்லலாகாது. எங்குமாய் எல்லாமாய் இன்பமாய் அன்பாய் உணர்வாய் ஒழிவற்றும் அசைவற்றும் இருப்பதே பேரின்பவாழ்வு. இவ்வாழ்வை விளக்கியும் அநுபவிக்கச்செய்தும் வந்த சித்த பரம்பரையின் மெய்ஞ்ஞானச் செல்வமே இந்நாட்டில், பல்வேறு கொள்கைகளாகி அவரவர் அறிவின் நிலைக்குத் தகத்தோன்றின. சைவ சித்தாந்தமும் தமிழகத்திலே இந்நெறியின் அடிப்படையைக் கொண்டு தோன்றிச் செம்மையுற்ற செந்நெறியாகும்.

ஆகவே இத்தகைய சீரிய மெய்ந்நெறியைத் தம் இளமை முதல், தம் பெற்றேர் வழியாயும் தமக்குத்

தொடர்புள்ள கற்றோர் மற்றோர் வழியாயும் உணர்ந்து மிக்க புலமையும் அதற்குத் தக்க அனுபவமும் செய்பாகம் கைபாகம் முதலிய பிற நலங்களும் வாய்க்கப்பெற்று விளங்கும் பேரறிஞர் திருவாளர், வி. பலராமய்யா அவர்களை உலகம் மறவாது உண்மைப்புகழால் போற்றி வாழ்த்தி வாழும் என்பது நம் கருத்து. இக்காலத்தில் 'பொருள் சேர் புகழ்' இவர்களையும் இவரன்னோர்களையும் சாரும் என்பது திண்ணம்.

பலராமய்யா என்னும் பண்பாளன் வாழ்க
குலராமமூர்த்தியைப் போற் கொற்றம்—நலராகம்
செல்வ மிருநான்கும் சிறம்பொடுற்று வாழ்கசீர்
பல்வகையும் எய்தும் பயன்.

—சிவம்
12-2-'69

முகவுரை

எனக்கு அப்போது வயது 12. உடலில் நீரேற்றம். கண்களின் கருவிழி காண்பதற்கில்லை; மருந்துகள் பிணியை மாற்ற வழியில்லை. பெற்றோர்களும் நான் மிக நெருக்கம். யாரோ ஒரு சாது. உடலில் காவி உடை. அழகிலே மன்மதன். முகத்தில் ஒளிவீசியது. என் கிராமத்தில் ஓர் அரசமரம். அதன் நிழலில் அப்பெரியார் அமர்ந்திருந்தார். பேசுவதில்லை. ஊர்மக்கள் அவரைச் சுற்றிக் கூடினர். அவர்களுள் என் தந்தையும் ஒருவர் ஆவார். சாதுக்கள் கூட்டத்தை விரும்புபவர். தன் வீட்டுக்கு அப்பெரியாரை அழைத்து வந்தார். "பையன் உடம்புக்கு என்ன" என்று அப்பெரியார் விசாரிக்க, மகோதர வியாதி என்றார்—மனக் குமுறலுடன் என் தந்தை. ஒரு துண்டுத்தாளில் சில கடைமருந்து பொருட்களை அப்பெரியார் எழுதினார். அவைகள் ஆரணமாக வடிக்கப்பட்டது. 3 நாட்கள் எனக்கு அது கொடுக்கப்பட்டது. "விருந்தும் மருந்தும் மூன்று நாள்" என்று பெரியோர்கள் சொல்வது பொய்யாகுமா? பிணி அகன்றது. பெரியோரும் நான்காம் நாள் சொல்லாமல் மறைந்தார். இச்சம்பவம் என் உள்ளத்திலே என்றும் ஆழ்ந்து கிடந்தது.

என் தாய் குழந்தைகள் மருத்துவம் செய்வார்கள். எனக்கும் அதில் ஒருபங்கு அனுபவம் உண்டு. வேண்டிய மூலிகைகள் தெரிந்த அளவுக்கு நானே கொண்டுவருவதுண்டு. என் வயது பெருகப் பெருக மருத்துவத்தில் சிறுகச் சிறுக ஊக்கம் வளர்ந்தது. படிப்பிலே பள்ளி மாணவர்களில் எனக்கு கடைசியிடம். இந்நூலுக்கு சிறப்புரை வழங்கியுள்ளார் பெரியார் என் தமிழாசிரியர், என்னைப் பள்ளியிலிருந்து கரையேற்றியவர்.

பள்ளி மாணவனிலிருந்து கல்லூரி மாணவனானேன். மருத்துவப் புத்தகங்களை அவ்வப்போது படிப்பேன்-

மருத்துவர்களை அணுகிப் பலவற்றிற்கும் விளக்கம் கேட்பேன். இப்படிப் பல ஆண்டுகள் சென்றன. பிறகு நானே சில மருந்துவர்களைக் கொண்டு சித்த மருந்துகளைச் சித்தம் செய்யலானேன். அவைகளை என் வீட்டினருகே அளித்துப் பயன் கண்டேன். அதன் இன்பச் சுவை அளவு மீறியது.

சித்தர்கள் நூல்களை இரவும் பகலும் ஓய்வு நாட்களில் படிக்கலானேன். அவற்றில் ரசவாதம், யோகம், ஞானம் முதலியவை என்னைக் கவர்ந்தன. 1946-ஆம் ஆண்டு நீதிபதியானேன். 1960-ஆம் ஆண்டு 2 மாத ஓய்வில் சென்னையில் வாடகை வீட்டில் குடியிருந்தேன். பக்கத்து வீட்டில் இரவும் பகலும் புகை கிளம்பிய வண்ணமாகவிருந்தது. அங்குக் குடியிருந்தவர் ஒருவரே. அவர் வயது 60. அவர் சித்தமருத்துவரென அறிந்தேன். என் ஓய்வுக்கும் அருகிலிருந்த சித்த மருத்துவருக்கும் பொருத்தம் கேட்க வேண்டுமா? அவரிடம் சென்றேன். வணக்கம் செய்தேன். நான் ஒரு குற்ற இயல் நீதிபதியென்றேன். அமருங்கள் என்றார்.

மருத்துவ நூல்களில் ரசவாதத்தைப்பற்றிச் சொல்கின்றனவே, "உண்மையாக அப்படி ஒன்று உண்டா" என்றேன். ஏன் சந்தேகமென்றார். "சித்தர்கள் மருந்தின் குணத்தைப் புகழ்கிறீர்களே! அப்படியிருக்க, சித்தர் நூல்களின் பகுதியிலுள்ள ரசவாதத்தை ஏன் சந்தேகிக்க வேண்டுமென்றார்." தங்கமாக்குகிறேனென்று எத்தனையோ போலிகள் ஏமாற்றி மக்களிடம் பணம் பறிக்கிறார்களே! ரசவாதம் உண்மையாயின் ஏன் அதைச் செய்து காட்டி மக்களை அவ்விஞ்ஞானத்தில் நம்பிக்கை யூட்டக்கூடாதென்று கொஞ்சம் கடினமாகப் பேச ஆரம்பித்தேன். அதற்கவர் "உங்களுக்கு அனுபவம் போதாது. ரசவாதம் என்பதற்கு உயிர் கொல்லியென்று மற்றொரு பெயர்" அதைச் செய்து காட்டியவனை மறுநாளே மக்கள் மேலுலகம் அடையச் செய்வரென்றார்.

அவர் சொல்லியது எனக்கு வறட்டு வேதாந்தமாகத் தோன்றியது. அவர் அதை அறிந்து கொண்டார். அப்படி அந்த நாள் சென்றது. மறுநாள் காலை 8 மணி. நான் வாசலில் நின்றுகொண்டிருந்தேன். அழைத்தார். உங்களிடத்தில் பாதரசம் இருக்கிறதா என்றார். உடனே ஒரு தோலா பாதரசத்தைக் கொண்டுபோனேன். தங்கம் உருக்கும் சிறு குகையில் அதை விடச்செய்தார். கரியடுப்பில் அதை யேற்றிச் சூடு செய்தார். உடனே உள்ளே சென்று தன் வலக்கை சிடிகையில் ஏதோ ஒரு பொடி கொண்டுவந்தார். குகையிலுள் போட்டார். "சுய்" என்ற ஓசை எடுத்துக் கீழே தட்டுங்களென்றார். தட்டினேன். தங்கக் கட்டி.

இதேதோ மாயாசால வித்தையென்றேன். அவருக்குக் கோபம் வந்ததாக இல்லை. புன்னகை புரிந்தார். என்னிடம் ஒரு குன்றி எடை அந்தப் பற்பத்தைக் கொடுத்தார். நீரே வேண்டிய சமயம் செய்துபாருமென்றார். அப்படியே அதை 20 நாட்கள் வைத்திருந்தேன். ஏன்! அப்பெரியார் ஊருக்குப் போகவேண்டுமென்று. பயம். அவர் மந்திரம் செபித்துவிட்டாரென்னசெய்வதென்று. அவரும் சென்னையை விட்டுச் சென்றார். பாதரசத்தை அடுப்பிலேற்றினேன். பற்பத்தைக் குகையிலிட்டேன். உடனே தங்கக் கட்டி. ஆசாரியாரிடம் கொண்டுபோனேன். 30 காரட் தங்கமென்றார். அன்றே எனக்கு தங்கத்தின் மேலுள்ள ஆசை மறைந்தது. அது ஏனோ எனக்குத் தெரியாது. அப்பெரியார் இன்றும் உயிருடனுள்ளார். ஆனால், அவரை அந்த உயிர்கொல்லி வித்தையைக் கற்றுத் தரும்படி கேட்டதில்லை. கேட்டால் கிடைக்கும்; ஆனால், விருப்பமில்லையே!

இந்நிகழ்ச்சி முக்கியமானது அன்று. இதனால் நான் அடைந்த மாறுபாடே சிறந்தது. சித்தர்களுடைய மொழிகள், மெய்ப்பொருள்களென நம்பினேன். நரை, திரை, மூப்பு, மாறி என்றும் இளமையோடு இருக்கலாம்; மரண

மிலாப் பெருவாழ்வு வாழலாமென்னும் சித்தர் மொழியில் என் மனம் இரவு பகலாய் ஒன்றியது. சாதுக்கள் பலரைத் தரிசிக்க வாய்ப்பு உண்டாயிற்று. அவர்களுள் சிலர் சித்து புருஷர்கள். சிலர் உடலைப் பிணமாக விட்டனர். அதில் ஒருவர் முன்கூட்டியே சொல்லிவிட்டுக் கரூரில் நடுத் தெருவில் கிடந்து சவமாகக் காணப்பட்டார். அவருடன் சில மாதங்கள் பழகினேன். அவருடைய சித்துக்கள், சால வித்தைகள் போன்றன அல்ல. அவைகளைச் சொல்ல ஏடுகள் போதா. அது இருக்கட்டும். 63 நாயன்மார்கள், ஆண்டாள், இராமலிங்க வள்ளல் முதலிய அருட் பெரியார்கள் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு அடைந்த மார்க்கம் என்னே என்று அறிய ஆர்வம் மிகுந்தது.

மருந்து, ரசவாதம் முதலியவற்றின் உண்மையை யறிந்தபின், சித்தர்கள் சத்தியம் செய்து கூறும் மரண மிலாப் பெருவாழ்வின் நிலையைக் காண என் உள்ளம் மிக விழைகிறது. இவ்வாழ்வு முற்றிலும் உண்மையென்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை யென்பது தெரிந்தது. பல நூல்களை ஆராய்ச்சி செய்தேன். ஒரு சாது தத்துவ மசியின் பொருளைத் தொட்டுக்காட்டினார். உண்மை விளங்கிற்று. ஆயினும் அநுபவத்திற்கு அது கிட்டவில்லை. ஆனால் பித்துலகில் இத்தனைக்காலம் வாழ்ந்தேனே எனும் அறிவு கிட்டிற்று. மனிதப் பிறவியின் பயனைத் தருவது மரண மிலாப் பெருவாழ்வே யென்பதை மக்களெல்லாம் அறிந்து, அதைப் பெறுவதற்கு வகுத்த வழிகளை உணர்தல் வேண்டும். இது சித்தர் கொள்கை. அச் சித்தர்களின் நெறியிலேயே இந்நூலை அமைக்க முயன்றேன். அம் முயற்சி யுருவாகியது. இந்நூலில் காணும் குறைகள் எல்லாம் என்னைச் சார்ந்தவை. நான் அறிந்த சிற்றுலகத்தை என்னைப்போன்ற மக்களும் அறியவேண்டுமென்ற அவாவின் விளைவுதான் இந்நூல். இதனால், ஒருவாறு சித்தர் மாண்பு விளங்கும் என்பது என் துணிபு.

வி. பலராமய்யா

பொருளடக்கம்

செந்தமிழ்ப் பழமையும் சித்தர் மரபும்

இந்தியாவின் நில அமைப்பு உலகில் மிகவும் பழமையுடையநாகும். கிராம் வில்லியம் என்ற நிலநூல் அறிஞர் இந்தியநாட்டில் மிகப் பழங்காலத்திலேயே உயிரினங்கள் வளர்ச்சியடைந்து பெருகின என்றும் மனிதனும் அங்குத்தான் தோன்றியிருத்தல் கூடும் என்றும் கூறுகிறுர். இவ்வகையில் மனித சமுதாயம் முதல் முதலில் தனக்குரிய வாழ்விடமாக, செழிப்பும் சிறப்பும் தட்ப வெப்ப சம நிலையும் வாய்க்கப்பெற்ற இந்திய நாட்டைத் தன் தாயகமாகக் கொண்டிருந்தது. நில வரலாற்றியல் அறிஞர்கள் எல்லோரும் இவ்வுண்மையைப் போற்றி உரைக்கின்றனர். ஆசிய கண்டத்தின் வேறு பகுதிகளில் வாழ்ந்திருந்த ஆரியர்கள் இந்திய நாட்டில் குடியேறுவதற்கு முன் திராவிடர்களே இந்நாட்டின் பழம் பெரும் ஆதி குடிகளாக வாழ்ந்திருந்தனர். "வழங்குவது உள் வீழ்ந்தக் கண்ணும் பழங்குடி பண்பில் தலைப்பிரிதல் இன்று" என்ற திருக்குறளில் 'பழங்குடி' என்றும், கல்தோன்றி மண் தோன்றுக் காலத்தே, வானோடு முன் தோன்றி மூத்தக்குடி என்று புறப்பொருள் வெண்பாமாலையிலும் குறிப்பிடுவதும் கொண்டு, தமிழ் மக்களே ஆதிகுடிகள் என்றும் அறியலாம்.

---

* Deccan itself one of the most ancient geological formations in the world has since the dawn of history the home of the Dravidians, the oldest of the Indian race.

The people of India,
P. S. H. Risely.

"சதுமறை ஆரியம் வருமுன் சக முழுதும் நினதாயின் முதுமொழி நீ அநாதியென மொழிகுவதும் வியப்பே" என்று மனோன்மணீய ஆசிரியர் கூறுவதால், ஆரியர் வருகைக்கு முன்பே தமிழர்கள் ஆதிகுடிகளாயிருந்தனர் என்பது விளங்கும்.

இந்த ஆதிகுடிகளான தமிழர்களை வேற்று நாட்டவர்கள் திராவிடர் என்று அழைத்தார்களே தவிர திராவிடர் வேறு, தமிழர்கள் வேறல்லர். தமிழர்கள் நாகரீகத்திலும் பண்பாட்டிலும் தனிச்சிறப்புடையவர்கள் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை. தமிழர்களின் கலைகளும், பண்பாட்டு நிலைகளும் பழக்க வழக்கங்களும் வாழ்க்கை ஒழுக்கங்களும் அவர்களின் நாகரீகச் சிறப்பை நன்கு வெளிப்படுத்தும்.

திராவிடர்களின் வாழ்வியல்புகளைப் பற்றி, நாம் அறிந்த, குறைந்த ஆதாரங்களுள், அவர்கள் வாழ்வில் சாதி மத வேறுபாடின்றி வாழ்ந்திருப்பது சிறப்பானதாகும். அவரவர்கள் ஆற்றுகின்ற, தொழில்களைப் பொறுத்தே, சமுதாயம் பிரிக்கப்பட்டிருந்தது.

"பிறப்பொக்கும் எல்லாவுயிர்க்கும் சிறப்பொவ்வா
செய்தொழில் வேற்றுமையான்"

என்று திருக்குறள் குறிப்பிடுகின்றது. உழவன், தச்சன், கருமான், கொல்லன் முதலான பலவகைத் தொழிலினங்களாகச் சமுதாயம் பிரிக்கப்பட்டிருந்தது. இந்த இனங்களின் அமைப்பை ஆராயும்போது இவை யாவும் ஒரு கட்டுப்பாட்டுக்கும் சட்ட திட்ட விதிமுறைகளுக்கும் அடங்கி வாழ்ந்து வளர்ந்தனவாகத் தோன்றுகின்றன. இவ்வாறு தனிப்பெருஞ் சமுதாயமாக திராவிடர்கள் இருந்திருக்க வேண்டும் என்பது புலனாகிறது. வரலாற்றுக்கும் அப்பாற்பட்ட தொல் பழங்காலத் தமிழரிடையே தொழில்களை ஒட்டி எழுந்த இன நிறுவனங்கள், நிலைத்து நின்று வந்த தோடல்லாமல், இன்றுவரை, சில சொற்களைக் காணும் போது, அவ்வமைப்பு முறை, இடையறவு படாது வந்ததை

நன்கு அறியலாம். உதாரணமாக வாராளி, நாட்டாண்மைக்காரர் (தலைமை அதிகாரி) என்ற பண்டைப் பெயர் கிராமங்களில் வழங்கக் காணலாம்.

ஆரியர்கள் நம் நாட்டில் நுழைந்த பின்பே, வர்ணாசிரம தர்மம் என்ற பெயரில், நான்குவித வர்ணங்களைத் தங்களுக்குள் வகுத்துக்கொண்டனர். இவ்வாறு வேறுபாடு கொண்ட, வர்ணாசிரம தர்மம் ஆண்டவனாலேயே தோற்றுவிக்கப்பட்டதென்றும், அதற்கு மாறாக பேசுவது கொடிய பாவம் என்றும், அவர்கள் கூறினர். "வேற்றுமை தெரிந்த நாற்பாலாகிய" இந் நான்கு வருணத்தைத் தமிழர்களும் பின்னர் உடன்பட்டாராயினும் வழக்கத்தில் கொண்டு வரவில்லை. ஆனால், வர்ணாசிரம முறை ஆராய்ச்சிக்குப் பொருந்தாமலும் பகுத்தறிவுக்கு புறம்பாகவும் போவதை அனைவரும் அறிவர். திராவிடர்கள் பல கலைகளில் உயர்ந்திருந்ததோடு, விஞ்ஞானத்திலும் வல்லுனர்களாக இருந்தனரென்பதைச் சித்தர்கள் இயற்றிய நூல்களும் குறிக்கின்றன.

திராவிடர்களின் தாய்மொழியான தமிழ், பெருஞ் சிறப்புடையதாகும். உலகத்தில் பழைய மொழிகளுள், சீன மொழியும் திராவிட மொழியும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவை என்றும், இவற்றோடு ஜப்பானிய மொழி, ஆஸ்திரேலிய மொழி, துருக்கி மொழி முதலியனவும் கூடச் சேர்க்கலாம் என்றும், ஜெர்மானிய பேரறிஞர்களான, மாக்சுமில்லர், எஸ்பெர்ஸன் முதலியோர் கூறுகின்றனர். திராவிடம் என்ற சொல் தென்னிந்திய மொழிகளான தமிழ், தெலுங்கு, மலையாளம், கன்னடம், துளு, கோண்டு என்னும் எல்லா மொழிகளையும் ஒருசேரக் குறிக்கும். தமிழ், தெலுங்கு முதலிய ஐந்து மொழிகளையும் பேசுகின்றவர்களைத் திராவிடரென்றும் பஞ்ச திராவிடர் என்றும் ஆரியர்கள் அழைத்துவந்துள்ளனர். 'கன்னடமும் களி தெலுங்கும் கவின் மலையாளமும் துளுவும் உன் உதரத் துதித்தெழுந்தே ஒன்று பல ஆயிடினும்' என்று மொழி நூல்

அறிஞரான சுந்தரம்பிள்ளை கூறிடக் காணலாம். தமிழ் என்னும் சொல்லே நிரம்பப் பொருள் வாய்ந்ததாகும். ஜான்சிபார் நாட்டில் வழங்கி வரும் ஸ்வாஹிலி என்னும் மொழியில் 'தமு' என்னும் சொல்லுக்கு இனிமை என்ற பொருளும், பாரசீக மொழியில் 'தமஸ்' என்னும் சொல்லுக்கு அறிவு என்று பொருளும் விளங்குவது பாராட்டுக்குரியது என்று இரா. இராகவ ஐயங்கார் கூறுகின்றார்.

தமிழ்மொழி, தமிழ் விஞ்ஞானம், தமிழ்க் கலைகள் முதலியவைகளின் தந்தையாக விளங்கியவர் அகத்தியனார் என்பது மரபு. 'அகத்தியன் பயந்த பெருஞ்சொல் ஆரணங்கு' என்று கூறுவர். அகத்தியருக்கு முருகப் பெருமானே தமிழை ஓதுவித்தார் என்றும் கூறப்படுகிறது. அகத்தியர் ஆரிய நாட்டிலிருந்து பொதிகை மலையில் குடியேறியதாகப் புராணம் சொல்லுகிறது. இந்தக் காரணத்தால் தென் திசைக்கு அகஸ்தியர் எனப் பெயர் வந்ததென்று கூறுவர். அகஸ்தியர் தமிழ் இலக்கணம் செய்தார் என்றும் சொல்லப்படுகிறது. வடநாட்டில் வியாசரை வடமொழி என்னும் சமஸ்கிருத மொழிக்குத் தலைவராகக் கருதுவதுபோல, தென்னாட்டில், அகத்தியரைத் 'தமிழ் முனி' என்றழைக்கலாயினர். அகத்தியர் தெற்குத்திக்கில் ஓர் நட்சத்திரத்திற்கு, அகத்தீஸ்வரரென்றும் பெயரிட்டுக் கோவில் கட்டியும் வணங்குகின்றனர். தமிழ் மக்கள் பலர், அகத்தியர் தாம்பிரபரணிக்கு மூலமாயுள்ள அகத்திய மலையில் இன்றும் இருப்பதாகவும் நம்புகின்றனர்.

தமிழ்நாடு, கன்னியாகுமரிக்கும் அப்பால், தெற்கில் பரந்து விரிந்து இருந்ததாகவும், கடலில் அப் பாகம் மூழ்கி விட்டதாகவும் தமிழ் நூல்களிலிருந்து தெரிகிறது. மூழ்கின பகுதி, இன்றைய இலங்கையை உள்ளிட்ட 49 காதப் பரப்பு என்றும், எவ்வேழு பிரிவுகளாக, 49 நாடுகள் அதில் அடங்கியிருந்ததென்றும், பழந்தமிழ் உரையாளர்கள் உரைத்துள்

ளனர். அவை, வடக்கிலிருந்து ஏழ்பனைநாடு, ஏழ்தெங்க நாடு முதலாக, ஏழெழு நாடுகளாக அமைந்து, மக்களால் ஈழநாடு, என வழங்கிற்று. அவற்றில் ஒன்றான, ஏழ்பனை நாடு, 'யாழ்பாண நாடு' என மருவிவிட்டது என்று ஆராய்ச்சியாளர் கூறுகின்றார்கள். அந்தப் பழம்பெரும் நாடு, மேனாட்டவரால் இலமூரியா என்று குறிக்கப் படுகிறது. கடல் கொள்ளப்பட்டதெனும் குறிப்பு கலித்தொகை என்ற சங்க நூலில் காணப்படுகிறது. அகநானூற்றில் காணப்படும் பவத்திரி என்னும் நகரம், கடல் கொள்ளப்பட்ட குறிப்பை, நெல்லூர் மாவட்டம் கூடூர் தாலுக்காவில் உள்ள ரெட்டிப்பாளையம் என்ற கிராமத்தில் உள்ள தமிழ் கல்வெட்டு அவ்வூரைக் 'கடல் கொண்ட பவத்திரி நாட்டுக் காகந்தி' என்று குறிப்பதால் அறியலாம். மதுரையில் கடைச்சங்கம் தோன்றுவதற்கு முன் தமிழ்ச் சங்கங்கள் இரண்டு இருந்ததாகவும், அவைகளும் கடலில் மூழ்கி விட்டனவாகவும், அதனால் தமிழ்க் கலைகள் பல அழிந்து போயினவென்றும் நம்பப்படுகிறது.

தமிழ் இலக்கிய வரலாறு, கி.மு. 1400 ஆண்டுகட்கு முன்பிருந்து தொடங்குகிறது. அக்காலத்தில் தொல்காப்பியர்; பனம்பாரனார், அதங்கோட்டாசிரியர் முதலிய பல பெரும் புலவர்கள் விளங்கினர். அவர்கால இலக்கணம் தொல்காப்பியம், அவர்கட்கு முன்னே அகத்தியர், இயல், இசை, நாடகம் என்ற முத்தமிழுக்கும் தம்முடைய பெயரால், அகத்தியம் என்ற பேரிலக்கணம் வகுத்தார் என்று கூறுவதுண்டு. அகத்தியத்தில் இப்போது சிற்சில சூத்திரங்களையே தமிழ் உரை நூல்கள், மேற்கோள்களாகக் காட்டியுள்ளன. முன்னமே பல நூலாசிரியர்கள் இருந்திருக்கின்றார்களென்பதைத் தொல்காப்பியத்தால் அறிகிறோம். அவர்களிலே அகத்தியர் சிறந்தவராகக் கருதப்படுகிறார்.

தொல்காப்பியத்தை யொட்டி கி.பி. 2ஆம் நூற்றாண்டு வரை சங்க காலமென்று கூறப்படுகிறது. 2ஆம் நூற்றாண்டுக்குப் பிறகு 4ஆம் நூற்றாண்டு வரை உள்ளதைக் காப்பியக்

காலம் என்பர். அப்பொழுது சிலப்பதிகாரம், மணிமேகலை முதலிய காப்பியங்கள் தோன்றின. அக்காலத்தில்தான் ஜைன, பௌத்தம் முதலிய வேற்றுச் சமயங்கள் தமிழ் நாட்டில் இடம்பெற்றன. தொல்காப்பிய காலத்திலேயே ஆரியரது வைதிக சமயம் தமிழ்நாட்டில் புகுந்துவிட்டது. கி.பி. 4ஆம் நூற்றாண்டுக்குப் பிறகு களப்பிரர் என்ற வேற்றவர் வரவால் நாடு இலக்கியம், சமுதாயம், அரசியல், வாணிகம் முதலிய துறைகள் சீர்குலைந்து போயிற்று. பல இலக்கியங்கள் காப்பாரற்று அழிந்து போயின. அக்காலத்தில் விளங்கிய திருமூலரின் திருமந்திரமும், காரைக்காலம்மையாரின் மூத்த திருப்பதிகம், முதலிய பிரபந்தங்களும்தான் இப்போது கிடைக்கின்றன.

தமிழ்நாடு ஐந்து மண்டலங்களாகப் பரந்து இருந்த தென்றும், அம் மண்டலங்களிலெல்லாம் ஞானம் விரிந்து இருந்ததென்றும், சொல்லும் திருமந்திரச் செய்யுள் குறிப்பிடத்தக்கது.

'தமிழ் மண்டலமைந்துந் தாவிய ஞானம்
உமிழ்வது போல வுலகந் திரிவார்
அவிழு மனமு மெம்மாதி யறிவுந்
தமிழ் மண்டல மைந்துந் தத்துவமாமே—

என்பதாம்.

அவை தொண்டை, சோழ, பாண்டிய, சேர, கொங்கு மண்டலங்கள். அதன் பிறகு 6ஆம் நூற்றாண்டு முதல் 9 ஆம் நூற்றாண்டு வரை பல்லவர் காலம் எனப்படும். அக்காலத்தில் பௌத்தம், ஜைனம், வைதிகம் என்ற மூன்று சமயங்களும் மிகுந்த செல்வாக்குப் பெற்று ஒன்றோடொன்று மோதிக்கொண்டன.

தமிழர்கள் இலக்கியத் துறையில் கருத்துச் செலுத்தாமல், தங்கள் பழஞ் சமயங்களான சைவ, வைணவம் என்ற இரண்டையும் நிலைநாட்டுவதிலேயே கருத்துச் செலுத்தினர். அப்போதுதான் தேவார நாயன்மார்களும், பிரபந்தங்கள் இயற்றிய ஆழ்வார்களும் தோன்றி, பக்தி இலக்கியத்தைப் பரப்பினார்கள்.

பத்தாம் நூற்றாண்டிலிருந்து பதினாலாம் நூற்றாண்டு வரை பாண்டிய சோழரின் ஆட்சி தோன்றி விளக்கம் பெற்றது. அப்போதுதான் சேக்கிழார், கம்பர், ஒட்டக் கூத்தர், செயங்கொண்டார் போன்ற பெருங் கவிஞர்கள் தோன்றி, பெரியபுராணம், இராமாயணம், கலிங்கத்துப் பரணி போன்ற பேரிலக்கியங்களைத் தோற்றுவித்தார்கள்.

14ஆம் நூற்றாண்டுக்குப் பிறகு நாயக்க மன்னர் ஆட்சி தமிழகத்தில் நிலைபேறு கொண்டது. அப்பொழுது தலபுராணங்களும் சிற்றிலக்கியங்களும் தோன்றி வளர்ந்தன. அக்காலத்திலேதான் புலிப்பாணி, கொங்கணர், கமலமுனி, சட்டைமுனி, மச்சமுனி, உரோமமுனி, பூகிமுனி, கோரக்கர், தேரையர், தன்வந்தரி, முதலியோரும், பாம்பாட்டிச் சித்தர், அகப்பேய்சித்தர், குதம்பைச் சித்தர் முதலியோரும் மந்திரம், மருத்துவம், தத்துவம், இரசவாதம், யோகம், ஞானம், சித்து முதலிய துறைகளில் பல நூல்கள் இயற்றியிருக்கலாமென்பது ஒரு சாரார் கருத்து. இவற்றை அதற்கு முற்காலமாகக் கருதுவதற்கும் இடமுண்டு.

சித்தர் பாடல்களில் சொல் எளிமையாகத் தோன்றினும், பொருள் ஆழமும், அருமையும் மிகக் கொண்டதாகும். "மாங்காய்ப்பால் உண்டு மலைமேல் இருப்போர்க்கு தேங்காய்ப்பால் ஏதுக்கடி குதம்பாய்" என்ற பாடல் மிக எளியதாக மாங்காய்ப்பால் தேங்காய்ப்பால் என்ற சொற்களோடு காணப்படுகிறது. உயிரைப் பாதுகாக்கும் அமுதமென்னும் சிவநீரை அதாவது மாங்காய்ப்பாலை உண்டு கொண்டு, பிரமரந்திரமென்னும் மிக உயர்ந்த மலையின்மேல் இருக்கக்கூடிய யோகிகளுக்குத் தேங்காய்ப்பால் ஏதுக்கடி என்பதாகும்.

15ஆம் நூற்றாண்டில் காளமேகப் புலவரும் 16ஆம் நூற்றாண்டில் சைவ சித்தாந்த உரை நூற்களும், 18ஆம்

நூற்றாண்டில், குமரகுருபரருமாகக் கொண்டு தமிழ் இலக்கியம் வளர்ந்தது. 19 ஆம் நூற்றாண்டுத் தொடக்கத்தில் தோன்றிய, வள்ளலாராகிய இராமலிங்க சுவாமிகள் சித்தராகவும், சமரச ஞானியாகவும், சன்மார்க்க போதகராகவும் விளங்கினார்கள்.

இவ்வாறு நாம் கண்ட இலக்கிய வரலாற்றில் பிற சமயங்களாலும், பிற இனத்தவராலும் நம் தமிழும், இலக்கியமும் தாக்கப்பட்டே வளர்ந்தது. பல்லவர் காலத்தில், வடமொழிக்கே ஏற்றம் கிடைத்ததால், மக்கள் சமஸ்கிருதத்தை விரும்பிப் பயின்றனர். ஜைனர்கள், தமிழும், வடமொழியும் கலந்து, வேறொரு மொழியையே உருவாக்குவது போலவும் உழைத்தனர். நாளடைவில் தமிழில் வடசொற்கள் பல்கிப் பெருகிவிட்டன. ஆயினும் வடமொழியில் சென்ற தமிழ்ச் சொற்களை, அவர்கள் வடசொற்கள் போல ஆக்கி மாற்றினர். உதாரணமாக மருத்துவம், தத்துவம், இரசவாதம் முதலிய கலைகளிலிருந்தும் தமிழ்ச் சொற்களை, வடமொழியில் பொருத்திக் கொண்டனர். இடகலை—பிங்கலை—சுழிமுனை என்னும் சொற்களை இடா, பிங்களா, சுஷும்ணா என்று வடமொழியில் கூறலாயினர். இப்படிப் பலபல சொற்கள் வடமொழி வடிவம் பெற்றுவிட்டன. பழங்காலத்தில் எழுதப்பட்ட மருத்துவ நூல்களை ஆராய்ந்தால் தமிழின் தனித்தன்மையினை நன்கு அறியலாம். தனித்தியங்கும் தமிழாற்றலை எவரும் மறுக்க முடியாது.

சங்க காலத்துக்கு முன்பிருந்தே சித்தர்கள் பலர் தோன்றி மருத்துவ நூல்களைச் செய்துள்ளனர். திருவள்ளுவர், தொல்காப்பியர், ஔவையார் முதலியோரைச் சித்தர் என்றே கூறலாம். தமிழர்களின் சமய ஆர்வம், சமய நூல்களை உருவாக்கப் பயன்பட்டதுபோல மருத்துவம், தத்துவம் முதலிய நூல்களைச் செய்யாது போனதால் நாளடைவில் அந்த அரும்பெரும் நூல்கள் மறைந்துவிட்டன.

திருவள்ளுவர், தம் கருவூலமான திருக்குறளில் மருந்து என்னும் அதிகாரத்தில் 'நூலோர் வளி முதலா எண்ணிய மூன்று' என்றும், மருந்து நான்கு கூறுபடும் என்றும் "உடம்பு பெற்றான் நெடிது உய்க்கும் ஆறு" என்றும் மருத்துவ நுட்பங்களைக் கூறுவதால் திருவள்ளுவருக்கு முன்பே இந்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிகழ்ந்ததும் வியப்பைத் தருகிறது.

இத்தகைய கலை மாண்பும், அறிவு நலமும், சிறக்கப் பெற்றிருப்பதால் உண்மை உணர்ந்த சில மேனாட்டறிஞர்கள் தமிழின் சிறப்பைப் பலப்படப் பாராட்டியுள்ளனர். பழமையான இலக்கிய உணர்வுகள் உள்ள உயர்ந்த மொழி, என்று மாக்சுமுல்லரும், தத்துவப் பொருளோடு மனத்தில் எழும் எண்ணங்களை எளிமையோடும் சுருக்கத்தோடும் தமிழ் மொழியிலேயே கூறலாம் என்று மறைத்திரு பெர்சிவல் என்பாரும் கூறினர். தமிழ் இலக்கியங்கள் வலியுறுத்தும் நீதி இயல்புகளையும் தனித் தன்மையினையும் இவ்வாறே கால்டுவெலும் பாராட்டுகின்றார்.

இத்தகைய சிறப்பு வாய்ந்த இந்திய நாட்டில் குறிப்பாகத் தமிழ்நாட்டில், பிறந்து வளர்ந்த மூலசித்தர்கள் பதினெண் பேர்களாவர். இன்றும் அவர்கள் உயிர் வாழ்கின்றனரென்றே அறிஞர்கள் கருதுகின்றனர்.

இச் சித்தர்கள் பல நாடுகளுடன் தொடர்பு வைத்துக் கொண்டிருந்ததாகத் தெரிகிறது. போகர், புலிப்பாணி சித்தர்கள் முக்கியமாக சீனா தேசத்துடன் தொடர்பு கொண்டிருந்தனரென்பதற்கு நம்முடைய மொழியில் காணப்படும் சில வார்த்தைகளே ஆதாரமாயிருக்கின்றன. சீனா கற்கண்டு, சீனாகாரம், சீனக் களிமண், சீனப்புல், சீனக்கிழங்கு, சீனச்சுண்ணம், சீனப்பட்டு, சீனமுத்து, சீனமிளகு முதலியன உபமானமாகச் சொல்லலாம்.

மூலசித்தர்கள் யாவர்?

'நந்தியகத்தியர் மூலர் புண்ணாக்கீசர்
நற்றவத்துப்புலத்தியரும் பூனைக்கண்ணர்

கந்திடைக்காடரும் போகர் புலிக்கையீசர்
கருரார் கொங்கணவர் காலாங்கியன்திற
சிகந்திலழுகண்ணர் அகப்பையர் பாம்பாட்டி
தேரையரும் குதம்பையரும் சட்டைநாதர்
செந்தமிழ்ச்சீர் சித்தர் பதினெண்பேர் பாதம்
சிந்தையுளிச் சிரத்தணியாய்ச் சேர்த்தி வாழ்க'

என்பர் பதினெண் சித்தர்கள்.

தென்னாடும் சித்த மார்க்கமும்

'எப்பொருள் எத்தன்மைத்தாயினும் அப்பொருள் மெய்ப்பொருள் காண்பதறிவு' என்னும் திருவள்ளுவரின் திருக்குறளின் அடிப்படையில் உண்மைகளை உணர்ந்து தெளியும் அறிவுடைமையே மக்களின் சிறப்பாகும். அறிவாற்றலில் ஓங்கி விளங்குபவர்களே அறிவர்; சான்றோர் செம்புலச்செல்வர் என்று கூறப்படுபவர். அறிவு என்பதே பிற உயிர்க்குத் தீமை செய்யாத நல்லியல்பாகும். பிற உயிர்களின் துன்பத்தைத் தன் துன்பமாகக் கருதாத போது அறிவினால் அடையும் பயன் ஒன்றுமில்லை என்று திருவள்ளுவர் கூறுவதால், அறிவரே அருளாளராவர் என்பதையும் அறியலாம். அறிவராகத் தொல்காப்பியம் முதலிய பழந்தமிழ் நூல்களிலும் அருளாளராகப் பக்திப் பனுவல்களிலும் குறிக்கப்பெறும் சிலர்களே சித்தர் எனப்படும் பேரருள் பெற்றவராவர். எனவே தொல்காப்பியர், ஔவையார், கபிலர் முதலிய பழந்தமிழ்ப் பெருமக்களும் சித்த மகாபுருஷர்கள் என்றே கருத வேண்டும். சித்தர்கள் அனைவரும் அனுபூதி அனுபவம் பெற்றுச் சிறந்த அனுபூதிமான்களாவர். விஞ்ஞானத் திறம் வாய்ந்த இம் மெய்ஞ்ஞானிகள் உணர்த்திய அரும் பெரும் உண்மைகளையும், தெளிவுறுத்திய மருத்துவக்கலை ஞானக்கலை முதலிய அரும் பொருள்களையும் தொடர்ந்து ஆராயும் முயற்சியினைத் தமிழகம் நெடுங்காலமாகக் கைவிட்டதால் இப்போது சித்தர்களின் பாடல்கள் ஏதோ

பொருள் விளங்காத சீட்டுக் கவிதைகளாகவும், சித்தர்கள் எனப்படுவோர் விபூதி, குங்குமம், பழம் முதலியவற்றை வரவழைத்துக் கொடுக்கும் ஜால வித்தைக்காரர்கள் போலவும் கருதப்படுகின்றனர். உண்மைச்சித்தி அடைந்த சித்தர்கள் முத்திநலமறிந்த முழு மெய்ஞ்ஞானிகளாவர். 'முத்தியைப் பெற்றேன்; அம் முத்தியினால் ஞானசித்தியைப் பெற்றேன்' என்று அருட்பிரகாச வள்ளலாராகிய இராமலிங்க சுவாமிகள் கூறியுள்ளார். முழு ஆத்மசக்தி எல்லாவிதச் சித்துக்களையும் கூட்டும். அச் சக்தியால் எதனையும் சாதிக்கலாம். இயற்கை அவர்களிடம் ஏவல் கேட்கும், "செயற்கரிய செய்வர் பெரியர்" என்பதும் இவர் களைத்தான் என்றே கூறலாம். 'வித்தகச் சித்தர்கணம்' என்று தாயுமானவர் கூறக்காணலாம்.

பாம்பாட்டிச் சித்தர் பாடல்களும் இங்குக் குறிப்பிடத் தக்கது.

"தூணைச் சிறு துரும்பாகத் தோன்றிடச் செய்வோம்
துரும்பைப் பெருந்தூணாகத் தோற்றச் செய்குவோம்
ஆணைப் பெண்ணும் பெண்ணை ஆணும் ஆகச்
செய்குவோம்

ஆரவாரித்து எதிராய் நின்று ஆடு பாம்பே
எட்டுமலை களைப்பந்தாய் எடுத்து எறிகுவோம்
ஏழு கடலையும் குடித்து ஏப்பமிடுவோம்
மட்டுப்படா மணலையும் மதித்து விடுவோம்
மகாராசன் முன்பு நீ நின்று ஆடுபாம்பே!
மண்டல முற்று மெங்கையால் மறைத்து விடுவோம்
வானத்தையுமே வில்லாக வளைத்து விடுவோம்
தொண்டருக்குச் சூனியஞ் சொல்லிக் காட்டுவோம்
தோன்றலுக்கு முன்பு நீ நின்று ஆடுபாம்பே!
மூண்டெரியும் அக்கினிக்குள் மூழ்கி வருவோம்
முன்னிருள் இருப்பினும் மூச்சடுக்குவோம்
தாண்டிவரும் வன்புலியைத் தாக்கி விடுவோம்
தார்வேந்தன் முன்புநீ நின்று ஆடுபாம்பே!

செப்பரிய மூன்றுலகுஞ் செம்பொன் செய்வோம்
செங்கதிரைத் தண்கதிராய்ச் செய்து விடுவோம்
இப் பெரிய உலகத்தை இல்லாமற் செய்வோம்
எங்கள் வல்லபங் கண்டாடாய் பாம்பே!
வேதன் செய்த சிருட்டிகள்போல் வேறு செய்குவோம்
வேந்தனையும் எங்கள் கீழே மேவச் செய்குவோம்
நாதனுடன் சமமாக நாங்களும் வாழ்வோம்
எங்கள் செய்கையாம் இதுவென்றுடாய் பாம்பே!

என்பதினுல் சித்தர்கள் புத்துயிர்களையே சிருட்டிக்க வல்லவர்களென்பதும் கவனிக்கற்பாலது. திருவருள் என்பது ஒன்று உண்டென்று உணராத இன்றைய விஞ்ஞானிகளே மாற்றுலோகத்தை உண்டாக்குவோ மென்னுமளவில் இருப்பார்களானுல் திருவருள் கைவரப் பெற்ற சித்த விஞ்ஞானிகள் பாம்பாட்டிச் சித்தர் சொன்னது போல் செய்வார்களேயானுல் அதில் என்ன வியப்பிருக் கிறது?

சித்தர், சிவத்தை நினைந்து, நினைந்து சிவமானவ ராதலால், அவர் நரை, திரை, மூப்பு, சாக்காடு முதலிய வற்றைப் பெறுவதில்லை. அவர் என்றும் ஒரு பெற்றிய ராய்ச் சிவந்தமேனியராய், என்றும் இளைஞராய், அழகராய் வாழ்பவர்.

தென்னுட்டில் சித்த மார்க்கம் நன்கு வளர்ந்து வந்தது. இடையில் அதற்குச் சிதைவு நேர்ந்தது. அப்போது சமய குரவர் நால்வர் தோன்றி, அம் மார்க்கத்தை ஓம்பினர். அந் நால்வரும் சித்தரே. அவர் அறிவுறுத்தியதும் சித்த மார்க்கமே. தங்களை ஆட்கொண்ட மூர்த்தியைச் 'சித்தனே திருவாலவாய் மேவிய அத்தனே' என்றும் 'சித்தனே திருவண்ணுமலையனை' என்றும், சித்தா சித்தித் திறங்காட்டுஞ்சிவனே' என்றும், சித்தனைச் சிவலோகனை என்றும் அப் பெருமக்கள் போற்றி இருத்தல் காண்க.

சிவன் எல்லாம் வல்லவனுதலால் அவன் சித்தன் எனப்பட்டான். அவன் தொடர்புகொண்டு வாழ்வோருஞ்

சித்தரெனப்பட்டனர். 'சித்தராய் வந்து பணியுஞ் செல்வச் சிரபுர மேயவனே, சித்தராய் வந்து தன்னைத் திருவடி வணங்குவார்கள்', 'சித்தி செய்பவர்கட்கெல்லாஞ் சேர்விடம், சித்தர் சித்தம் வைத்தபுகழ் சிறுவன் ஊரன்' எனவருந் தமிழ்மறை மொழிகளை உன்னுக—என்று திரு. வி. க. அவர்கள் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

நால்வர் வரலாற்றை நோக்கும்போது அவர் தம் உடல் இவ்வுலகில் இறந்துபடவில்லை என்பதும் நன்கு விளங்கும். ஞானசம்பந்தர் திருநல்லூர்ப் பெருமணத்திலே சிவ சோதியிற் கலந்தார். நாவாரசர் சிவானந்த ஞான வடிவில் கலந்தார். அவர் சிங்கத்தால் விழுங்கப்பெற்ருர் என்னும் பொய்க் கதை பின்னே புனையப்பட்டது. நம்பியாரூரர் யானை மீதமர்ந்து நொடித்தான் மலை நோக்கிச் சென்ருர். மாணிக்கவாசகனுர் ஞானசிதம் பரத்தில் புகுந்து ஒளியானுர். ஆண்டாள் ஸ்ரீரங்கத்தில் அரங்கநாத ஆலயத்தில் ஒளியாய் மறைந்தார். இவர்கள் அருளிய தமிழ்மறையில் சாகா நிலைக்குரிய சான்றுகள் மலிந்து கிடக்கின்றன.

இப்பெரு நிலையை அடைய முன்னை நாளில் முயன் றவர் பலர், பின்னை நாளில் முயன்றவர் சிலர். இவருள் இராமலிங்க சுவாமிகளைச் சிறப்பாகக் குறிக்கலாம்.

சித்தர் கைலாயம்

சித்தத்தைச் சிவன்பால் வைத்துச் சித்தி பெற்றவர் பலர் உளர். அவருள் மிக மிகப் பழமையானவர் சிலர். அச் சிலரே உலகுக்கு வழிகாட்டிகளாக நிற்கிருர்கள். அவர் வழி உலகம் இயங்குகிறது. அவர் சேர்ந்த ஒரு தனித் திருக்கூட்டமும் இருக்கிறது. அத் திருக்கூட்டம் இமயத்தின் முடியிலுள்ள கைலாயத்தில் வீற்றிருக்கிறது. அக் கைலாயம் இராப்பகல் அற்றது. அது வேறு, பூமண்டலத்தில் இமயமலையினடுவிலுள்ள கைலாயம் வேறு.

"இராபபகல் அற்ற இடத்தே இருந்து
பராக்கற ஆனந்தத் தேறல பருகார்
இராப்பகல் அற்ற இறையடி இன்பத்து
இராப்பகல் மாயை இரண்டிடத் தேனே!"

என்னும் திருமூலர் திருமொழியையும் காண்க!

மெய்ச் சைவாலயம் யாதென்பது நெஞ்சறி விளக்கம் என்னும் நூலில் வெகு அழகாக விளக்கப்பட்டுள்ளது.

"சிரமெனுங் குகையினுள்ளே சிவ கயிலாயமன்றில்
அரனுடை மாயை வாசியாடல்தான் செய்வரென்று
பரம மெய்ஞ்ஞான நூல்கள் பகர்வதை யறிந்துபார்த்த
வரமிகு நாகைநாதர் மலரடி வணங்கு நெஞ்சே"

ஆகவே, சிரம் என்னும் குகைக்குள்ளேதான் கயிலாயமுள்ளது. அங்குதான் சிவம் நின்று ஆடுவாரென்பதை நோக்குக. இந்த இரு கைலாயங்களில் ஒரு கயிலாயம் நுண்ணியது, மற்றொன்று பருமையது. சமயம் நேரும் போதெல்லாம் அத் திருக்கூட்டத்தினின்றும் சிலர் போந்து சித்தமார்க்கமெனுஞ் சித்தாந்தத்தை வளர்த்துச் செல்வது வழக்கம்.

இறவா நிலை

சித்தமார்க்கம் உண்டாகிய காலத்தை அறுதியிட்டுக் கூறுதல் இயலாது. அது காலவரையறையில் அகப்படாமையால் அதனை அநாதி என்றுங் கூறுப. 'ஒப்பில ஏழுகோடி யுகமிருந்தேனே, எனவும், ஊனமில் ஒன்பது கோடி யுகந்தனுள் ஞானப் பாலாட்டி நாதனை அர்ச்சித்து நானும் இருந்தேனே' எனவும், திருமூலர் திருவாக்குகள் சித்த மார்க்கத்தின் தொன்மையை உணர்த்தும். சித்த மார்க்கம் மிக மிகத் தொன்மையானது என்று கூறும் அளவில் யான் நின்றுவிடுகிறேன். ஏனெனில், அவர்களின் பிறப்பு, காலம் முதலியன தகுந்த ஆதாரங்களுடன் விளங்காததே. சில நூற்களில் அவர்கள் பிறப்பிடங்கள்,

எந்த ஜாதியைச் சேர்ந்தவர்களென்பதெல்லாம் காணப் படுகின்றன; அவைகளெல்லாம் நமக்கு பயனற்றது.

உலகம் முழுவதும் மனிதசமுதாயம் ஒன்றாக இணைந்து வாழ்வாங்கு வாழ்தல் வேண்டுமென்ற நன்னோக்கத்தால், அருமையாகப் பெற்ற உடம்பைப் பெருமையாகப் பேணி, உடம்பெடுத்த பயனை உணர்ந்து உலகிற்கு உழைக்க வேண்டும் என்று அவர்கள் கூறினர். சித்தர்களின் தத்துவப் படி மனிதன் இறந்துவிட்டால் முத்தி என்பது கிடையாது. இறந்தவன் பிணமாகிறான். மனிதனின் இயற்கை வடிவம் இறந்துபோகக் கூடியதன்று. தன் அறியாமையினாலேயே மனிதன் இவ்வுடலை அழிந்து போக விடுகிறான். 'சாவது நமக்குச் சம்மதமோ' என்று வள்ளலார் வினவுகிறார். உண்மையான முத்தி என்பது பிறப்பைத் தவிர்ப்பதோடு இறப்பையும் தவிர்ப்பதாகும். பிறப்பைத் தவிர்க்க இறப்பை தவிர்த்தல் வேண்டும். இந்த இறவாத் தன்மையாகிய மரணமிலாப் பெருவாழ்வினை 'மரணமிலாப் பெருவாழ்வு வாழ்ந்திடலாம் கண்டீர், புனைந்துரையேன், பொய் புகலேன், சத்தியம் சொல்கின்றேன்' என்று அறைகூவி வள்ளலார் சாதிப்பதைக் காணலாம். அழிவதற்காகவும் நிலையின்றி கெடுவதற்காகவும், பிணி, மூப்பு, சாக்காடு என்னும் முத்தலைச் சூலத்தில் தாக்கப்படுவதற்காகவுமே இவ்வுடம்பு தோன்றுமேயானால் அதனால் யாது பயன்? மெய்யானது பொய்யாகுமானால் இதனை 'மெய்' என்று மேலோர் விளம்பியது எதனால் என ஆராய்ந்து இவ்வுடம்பு மெய்யே எனச் சித்தர்கள் கூறுகின்றனர். "நிலமிசை நீடு வாழ்வார்" என்றும், "குற்றம் குதித்தலும் கைகூடும்" என்றும் திருக்குறள் கூறுவதையும் ஆராயவேண்டும்.

மற்றறிவோ மெனச்சிறிது தாழ்ந்திருப் பீரானால்
மரணமெனும் பெரும்பாவி வந்திடுமே யந்தோ
சற்றுமதை நும்மாலே தடுக்கமுடி யாதே
சமரச சன்மார்க்க சங்கத்தவர்களல்லா லதனை

எற்றிநின்று தடுக்கவல்லர் ரெவ்வுலகி லெவரும்
இல்லை கண்டீர் சத்தியமீ தென்மொழிகொண் டுலகீர்
பற்றியபற் றனைத்தினையும் பற்றற்றவிட் டருளும்
பலப்பற்றே பற்றுமினோ வென்றுமிற வீரே.

என்றும்,

துன்மார்க்க நடையிடைத் தூங்குகின் றீரே
தூக்கத்தை விடுகின்ற துணையொன்றுங் கருதீர்
சன்மார்க்க சங்கத்தைச் சார்ந்திட வுழையீர்
சாவையும் பிறப்பையுந் தவிர்த்திட விரும்பீர்.

என்றும்,

வையகத்தீர் வானகத்தீர் மற்றகத்தீர் நுமது
வாழ்க்கையெல்லாம் வாழ்க்கையென மதித்துமயங் [காதீர்
வையகத்தே யுறுமரண வாதனையைத் தவித்த
வாழ்க்கையதே வாழ்க்கையென மதித்தனைப் பெறவே
மெய்யகத்தே விரும்பியிங்கே வந்திடுக.

என்னும் அறைகூவலிலிருந்து மரணமென்பது அறிவினத்தால் நிகழும் ஓர் சம்பவமென்பதைக் குறிப்பதல்லாமல் அம் மரணத்தைத் தவிர்க்க எளிமையான வழி உள்ளதென்பதும் புலப்படுகிறது. மரணத்தைத் தவிர்த்த வாழ்க்கையே வாழ்க்கை; மற்றதெல்லாம் வாதனையுள்ள மரண வாழ்க்கையென்பதை நோக்குக.

சாகா மற்றுண்டி தனிவழி போவோர்க்கு
ஏகாந்த மேதுக்கடி—குதம்பாய்
ஏகாந்த மேதுக்கடி,
'காலனை வென்ற கருத்தறிவார்க்கு
கோலங்களேதுக்கடி—குதம்பாய்
கோலங்களேதுக்கடி'

என்னும் குதம்பைச் சித்தர் பாடல்களையும்,

மாற்றிப் பிறக்க மருந்தெவ்விடம் சிங்கி—அது
மாளாமல் மாண்டு மறந்து இருப்பதே—சிங்கா'

என்னும் பீர்முகமது வாக்கியத்தையும் கவனிக்கத்தக்கது.

சித்தர்களாகிய ஞானிகளுக்கு அழிவில்லை. வருவதும் இல்லை; இறப்பதுமில்லை; பிறம்பதுமில்லை, முக்குணங்களுமில்லை. சுழிமுனையில் ஒளி விளைவதுமில்லை.

'போவதொன்றில்லை வருவதுதானில்லை
சாவதொன்றில்லை தழைப்பது தானில்லை
தாமதமில்லை தமருகத்தினுளியாவதுமில்லை
அறிந்து கொள்வார்க்கே'

என்னும் திருமந்திரத்தை நோக்குக, ஆகவே சாகா நெறியே சித்தர்கள் நெறி என்பதை அறியவும். ஐம்பூதங்களால் ஆக்கப்பட்ட இந்த உடல் இறந்தபிறகு மண்ணின் பகுதி மண்ணுடனும், காற்றின் பகுதி காற்றுடனும், தீயின் பகுதி தீயுடனும் கலந்துவிடுகின்றன என்பர். அவ்வாறு கலந்து போகுமானால் மீண்டும் பிறப்பது இயலாது. எனவே சித்தர் கூட்டத்தில் சேர்ந்த சிவவாக்கியர்.

கறந்தபால் முலைப்புகா
கடைந்த வெண்ணெய் மோர்புகா
உடைந்துபோன சங்கினோசை
உயிர்களுமுடற் புகா
விரிந்தபூ வுதிர்ந்த காயும் மீண்டு
போய் மரம்புகா
இறந்தவர் பிறப்பதில்லை
யில்லை யில்லை யில்லை

என்றார்.

ஆனால் இந்த தத்துவத்தைப் பற்றிச் சிவவாக்கியர் திருவள்ளுவ நாயனார் தவிர வேறெந்த சித்தர்களும் கூறவில்லை. இந்த உடலை இறவாது எவ்வாறு காப்பதென்பது எவரும் வினவுகின்ற கேள்விதானே.

'முடியேன் மறவேன் எனைத் தனதாள முயங்குவித்த
அடியேன் குலாத்தில்லை ஆண்டானைக்
கொண்டன்றே

என மணிவாசகர் தனக்கு மரணமும் பிறப்புமில்லை; அழியாப் பதம் கிட்டிவிட்டதெனக் கூறுகிறார்.

இறக்கும் தன்மை

உலகம் அணுவின் திரட்சியால் ஆகியதாகும். அவ்வாறே மனிதன் உடலும் அணுக்களால் ஆனது. இந்த அணுக்கள் இயல்பிலேயே ஆற்றல் வாய்ந்தன. ஐம்பூதங்களால் ஆன இவ்வுடலை இந்த சக்திகள் இறுக்கிப் பிடித்துக்கொண்டுள்ளன. ஆனால் மனிதன் தன் அறியாமையினால் அந்த அமைப்பொழுங்கினைக் கலைத்துவிடுகிறான். இவ்வுடலில் பஞ்சபூதங்கள் மண்-1½ பங்கும், தண்ணீர்-1½ பங்கும், நெருப்பு-1 பங்கும், காற்று-¾ பங்கும், ஆகாயம் ¼ பங்குமாகப் பரந்து அடங்கியுள்ளன. இந்த எடையின் அளவு எப்போதும் நிலைபெறுமானால் இறப்பு என்பதே இல்லை. பரம்பொருளாகிய சிவத்தின் கிரியா சத்தியின் ஆற்றலால் ஐம்பூதங்களும் தத்தமது அளவில் மாறுபட்டுக் காலத்தில் பிறப்புத் தோன்றும் என்று ஔவையாரும் தம் ஞானக்குறளில்,

'பரமாய சத்தியுட் பஞ்சமா பூதம்
தரமாறிற் றோன்றும் பிறப்பு'

என்று குறிக்கக் காணலாம் ஆனால் இச்சையின் பொருளாக ஐம்புலன்களில் ஏற்படும் அசைவு காரணமாக மனம் தன் நிலை குலைவதால் உடலில் ஐம்பூதங்களின் அளவு முறை பிறழ்ந்து கெடும்.

'மனத்தொடு உறுபுத்தி ஆங்காரம்
சித்தம் அனைத்துமில்லை'

என்பது ஔவைக் குறள். மனக் கோட்டத்தால் எழும் தீய நினைவுகளால் சில அணுக்கள் தளர்ந்து மெலிந்து

போகின்றன. அதனால் பிணி மூப்பு விளைவாக மரணத்தை உடல் அடைய நேர்கின்றது.

நம் மனைவியும், அருமந்த பிள்ளைகளும், நாடாளும் மன்னவனும் ஒழுங்குறச் செயலாற்றியதால்தான் நெடிது வாழ முடிந்தது என்ற பிசிராந்தையாரின் பாடலையும் இங்கு நினைத்துப் பார்ப்பது பொருத்தமாகும்.

மனச் சலனத்தாலும், சஞ்சலத்தாலும் உடலின் அணுக்கள் தளர்ந்து சிதைவுறாமல் விளங்க சித்தர்கள் பல சாதனங்களையும் சில மருந்துகளையும் தெரிந்திருந்தனர். பல வைப்புச் சரக்குகளைச் செய்து அவைகளை அணுக்களாக்கி மறுபடியும் அந்த அணுக்களைக் கட்டினார்கள். லிங்கக்கட்டு, தாளகக்கட்டு, வீரக்கட்டு, பூரக்கட்டு, இரசக்கட்டு என்பர். இந்தக் கட்டுக்களை தீயையும் வெல்லும் திறன் வாய்ந்தவையாகச் செய்யப்பெறும். இத்தகையக் கட்டி மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவதனால் உடலில் உறைந்துள்ள நோய்கள் அகலும். முப்பூ என்ற ஓர் கற்ப மருந்தைக்கொண்டு காய சித்தி செய்தவர்கள் சித்தர்கள்.

மெய்ஞ்ஞானமடைய உடல்வேண்டும்

சித்தர்கள் உடலை ஓம்புவதும் காப்பதும் முக்கியம் என்று கருதினர். உயிர் மெய்ஞ்ஞானம் அடைவதற்கு உடல் வேண்டும். எனவே உடல் வழியாக உயிர் உய்வு பெறும். உண்மையான ஞானம் உடல் ஞானம் என்ற பொருளில் தான் மெய்ஞ்ஞானம் என்று கூறினர் போலும். ஆகவே தான் அருட்பெருஞ் சித்தரான திருமூலர்,

உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவார்
திடம்பட மெய்ஞ்ஞானம் சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தே
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேனே.

உடம்பினை முன்னம் இழுக்கென் றிருந்தேன்
உடம்பினுக் குள்ளே உறுபொருள் கண்டேன்
உடம்புளே உத்தமன் கோயில் கொண்டான்
என்று
உடம்பினை யான் இருந்து ஓம்புகின்றனே'

என்று தமது திருமந்திரம் என்னும் சிறந்த நூலில் திருவாய் மலர்ந்தருளியுள்ளார். "உடம்பினைப் பெற்ற பயனாவது எல்லாம் உடம்பினில் உத்தமனைக்காண் என்கின்றார். அதேபோல் மாணிக்கவாசகரும் "சிவனையுற்ற யாக்கையின் உறுபொருள்" என்று கூறுகின்றார். ஔவைப்பிராட்டியாரும் "அன்னத்தால் ஆய உடம்பின் பயன் எல்லாம் முன்னோனைக் காட்டிவிடும்" என்றார். ஆகவே உடலைச் சாய்த்துவிட்டு முத்தியடைவதென்பது சாத்தியமில்லை என்பதை அறியத்தக்கது. மேல் உடம்பின் உதவியினைக்கொண்டே உள் உடம்பின் பொருளை அறியலாம். இந்த உள்ளுடம்பையே ஆன்மா என்றும் சொல்வர். 'காணலாம், கேட்கலாம், கண்ணுறக் காணலாம், உற்ற உடம்பால் ஆய உணர்வு' என்று கூறுவர். ஆகவே உடலின் பெருமையை உணரவேண்டும். இறந்தவன் முக்தியடைவதென்பது முரண்பாடானதென்று மேலே சொன்னோம். ஆனால், அந்தச் சித்தர்கள் இறவாமல் இருக்கிறார்களா? அவர்கள் எங்குள்ளனர் என்பதுதான் பெருங்கேள்வி.

சித்தர்கள் மரபு

சித்தர்கள் குகைகளிலும் காடுகளிலும் வசித்து வந்தனர், வசித்து வருகிறார்கள் என்பது துணிவு. அவர்கள் சாதனை புரியுங் காலங்களில் காடுகளுக்கு ஓடவேண்டிய நிலையை மனிதர்கள் உண்டாக்கிவிட்டனர். எந்த மரத்தடியிலோ உட்கார்ந்துகொண்டு தனித்து தன் வேலையைத் தான் பார்த்துக்கொண்டிருப்பவனை மனிதர்கள் சும்மா விடுவார்களா? பேசாமல் உட்கார்ந்திருந்தால் சிலர் அவனை ஊமையென்பார்கள்; அல்லது செவிடன் என்று சிலர் சொல்வர்.

சிலர் இவன் யாரோ திருடன் என்பார்கள்; சிலர் அவனைக் கல்லாலடிப்பர். மற்றும் சிலர் இவர் சாமியார் என்று சொல்லிக்கொண்டு கும்பல் கும்பலாகச் சென்று தங்கள் ஓயாத துக்கங்களைக் கொண்டுபோய் அவர்மீது கொட்டுவார்கள். ஆகவே ஒரு சாதகன் இப்படிப்பட்ட மக்களிடையில் எவ்வாறு வாசம் செய்யமுடியும்! காட்டிலுள்ள விலங்குகள் மனிதர்களைக்காட்டிலும் பன்மடங்கு உயர்ந்தனவென்று கருதியே சாதகன் மறைந்து ஒளிந்துவிடுகின்றான். ஏனெனில் விலங்குகள் தமக்கு மற்றவர்கள் தீங்கு செய்தாலொழிய தீங்கு நினைப்பதில்லை. நாட்டிலுள்ள சில மகான்கள் பைத்தியக்காரர்களைப்போல் உடை தரித்து பைத்தியக்காரர்களைப் போலவே பேசி மக்களை விரட்டுவார்கள். எப்படியிருப்பினும் இதற்குக் காரணத்தை மறுபடியும் விளக்கத் தேவையில்லை.

சித்தர்கள் தங்களுடைய உயர்ந்த நிலையில் உருவ வழிபாட்டைப் புறக்கணித்தவர்கள் என்றே சொல்ல வேண்டும். ஏனெனில் உருவத்தை நோக்காமல் உள்ளிருக்கும் நுட்பத்தை அறிந்துகொள்வதே அவர்கள் இயல்பு. அவர்கள் தங்கள் சாதனைகளை மரத்தடியில் உட்கார்ந்தோ படுத்தோ செய்துவந்தனரென்றும் தெரிகிறது. அவர்கள் தங்கள் சாதனைகளினால் பல சித்திகள் பெற்றனர். அவர்கள் சித்திகளுக்காகப் பாடுபட்டவர்கள் அல்லர். தானாகவே பல சித்திகள் அவர்களை வந்து அண்டின. அவைகளையே அட்டமா சித்திகளென்பர். அவற்றினுடைய விவரம் :—

அட்டமாசித்திகள்

1. அணிமா : சூட்சமம் காரணம் மகாகாரண சரீரமென்பதில் மகாகாரண சரீரமாய் அணுவின் அணுவாக நுழைவது. அதாவது இந்த ஸ்தூல உடலை ஒரு அணுரூபமாய்ச் செய்துகொண்டு ஆகாயத்தில் பறப்பது.

2. மகிமா : விசுவரூபமாய்த் தோன்றல். அதாவது இந்த ஸ்தூல உடலை மலையளவு வேண்டுமானாலும் பெருக்கி

கொன்வது. இராவணனின் முன்பு அனுமான் தன் வாலை நீட்டிக் கொண்டதனை நாம் இங்கு நினைவு கொள்ளலாம்.

3. கரிமா : எவ்வளவு பளுவாக வேண்டுமானாலும் செய்துகொள்ளுதல், எத்தனை (Bulldozer) யந்திரங்களாலும் Craneகளாலும் அவ்வித உடலை அசைக்க முடியாது.

4. லகிமா : இறக்கையைப்போல் தக்கையாய் உடலைச் சுமையின்றிச் செய்துகொள்ளல்.

5. பிராப்தி : எவ்வுலகத்தும் எவ்விடத்தும் தடையின்றி சஞ்சரித்து வருதல்.

6. பிரகாமியம் : பிறர் காயத்தில் நுழைந்து நினைத்தவரிடம் அக்கணமே தோன்றல். (கூடுவிட்டுக் கூடுபாய்தல்).

7. ஈசத்துவம் : பஞ்ச கிர்த்தியத் தொழிலை நடத்தல். (எல்லா உயிர்களுக்கும் ஜடவஸ்துக்களுக்கும் உயர்ந்த உயிராயிருத்தல்)

8. வசித்துவம் : தேவர் முதலிய அனைவரையும் தன் வசப்படும்படி செய்துகொள்ளுதல்.

அறவுஞ் சிறிது வுயிர்தொறுந்தான்
பரம காட்டை யணுவாய்ச் சென்
றுறையுஞ் சிறுமை அணிமாவாம்.
உவரி ஞால முதன்மேலென்
றுறையுஞ் சிவாந்தம் ஆனாலும்
உள்ளும் புறமும் அகலாதே
நிறையும் பெருமை தலையன்றோ
மகிமா வென்னும் நிரம்பிய நூல் (1)

இலகு மேரு பாரம் போல்
இருக்கும் யோகி தனையெடுத்தால்
இலகு வான தூலமென
இருப்பது இலகி மாவாகும்
இலகுவான பரவணுப் போல்

இருக்கும் யோகிதனை யெடுத்தால்
இலகு மேரு பாரமென
இருப்ப தன்றோ கரிமாவாம்! (2)

பிலத்தில் இருந்தோன் அயலுலகிர்
புகுதல் மீண்டு பிலமடைதல்
பலத்தின் மிகுந்த பிராத்தி
அதாம், பரகாயத்தின் நண்ணுதல்வான்
புலத்தில் இயங்கல் இச்சித்த
போகம் அனைத்தும் தானிருக்கும்
தவத்தின் நினைந்த படிவருதல்
பிரகாமியம் ஆர் தவக்கொடியீர். (3)

விண்ணில் இரவி தன்னுடம்பின்
வெயிலால் அனைத்தும் விளங்குதல்போல்
மண்ணில் உணவாம் பொருள் வளவுங்
கால மூன்றும் வானத்தில்
கண்ணில் உணவாம் பொருளுந்தன்
காயத் தொளியால் இருந்தறிதல்
எண்ணில் இதுவும் மறையொருசார்
பிரகாமியம் என்றி யம்புமால் (4)

ஈசன் எனமுத் தொழிலுந்தன்
இச்சை வழிசெய் தெழுபுவித்
தேசன் முதற்கொள் பணிகேட்பத்
திகழ்வது ஈசத் துவம் ஆகும்
பூரல் அவுணர் புள் விலங்கு
பூத மனிதர் முதலுலகும்
வாசரைதி யென் மருந் தன்
வசமாக் கொள்கை வசித்துவம் ஆம். (5)

—திருவிளையாடல் புராணம்

இதனையே 'தானே அணுவும் (அணிமா), சகத்துத் தன் நொய்மை (மகிமா), மாணுக்கமும் (கரிமா) பரம் காயத் தேகமும் (இலகிமா), தானுவதும், (பிராப்தி)

Print to PDF without this message by purchasing novaPDF (http://www.novapdf.com/)

பரகாயம் சேர் தன்மையும் (பிராகாமியம்), ஆனால் உண்மையும் (ஈசத்துவம்), வியாபியும் ஆம் எட்டே' என்று திருமந்திரம் இச் சித்திகளைக் குறிப்பிடும். இந்த யோக சித்திகளைப் பெறுவது சீவன் முக்தனுடைய குறியன்று; இவைகளினால் மாத்திரம் ஒருவன் ஞான சித்தியை அடைய முடியாது. ஞானசித்தி அடைவதற்கு முன் மேற்படி சித்திகள் தானாகவே அடையப் பெறுவன். ஞான சித்தியடைவதே சித்தர்களின் முடிந்த முடிவு.

'அரிய தெனக்கில்லை அட்டமா சித்தி
பெரிதருள் செய்து பிறப்பறுத்தானே'

என்பது திருமூலர் திருமொழி. அதாவது இறைவனடி காணின் அட்டமா சித்திகளும் எளியனவாம். தான் அவனாகவும், அவன் தானாகவும் பிரமாணிப்பதே ஞானசித்தி. அதுவே 'அஹம் பிரம்மாஸ்மின்; ஓம் சிவோஹம்; ஆகவே வாயளவில் அகம் பிரம்மாஸ்மின்; ஓம் சிவோஹம் என்று கூறுவதனால் மட்டும் என்ன பயன் பெற முடியுமென்பதையும் நாம் ஆலோசித்தல் வேண்டும்.

சித்தரும் சீவகாருண்யமும்

சித்தர்கள் என்பவர்கள் ஒரு தனிப்பட்ட பிறவிகள் அல்லர். மனிதத் தன்மை வாய்ந்த மனிதர்களே சித்தர்களாயினர். ஆண்டவன் கருணை வடிவாயுள்ளவன். அவனைப்போல் மனிதனும் கருணை வடிவாதல் வேண்டும். அதன்பின் வழியதுதான் உயிர்நிலை.

இதற்கு அடிப்படையாக உள்ளது சீவகாருண்ய ஒழுக்கம். அதாவது தன்னுயிரைப்போல் மன்னுயிர்களைப் பாவித்தல், எல்லா உயிர்களிலும் சிவன் ஒன்றே. பூமி சக்தியாகவும், ஆகாயம் சிவமாகவும், சக்தி உடலாகவும், சிவம் உயிராகவும். தீபம் அறிவாகவும் உள்ள பராபரம். எங்கும் எல்லாச் சீவராசிகளிடத்தும் ஒருவித பேதமுமின்றி வியாபித்துள்ளதென்பது யாவரும் அறிந்ததே. அப்படி

யிருக்க ஓர் எறும்பைக் கொல்பவனுக்கும், மனிதனைக் கொல்பவனுக்கும் பாபத்தில் பேதமில்லையென்றே சொல்ல வேண்டும். ஆல்பர்ட் சுவைட்ஜர் போன்றோர் கூறும் வாழ்வு வழிபாடு (Reverence to life) என்னும் உயர்ந்த சீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தையும் இங்கே குறிக்கவேண்டும்.

மனிதனுக்கு ஆறறிவு உண்டென்றும் மற்ற சீவராசிகளுக்கு ஆறாவது அறிவு கிடையாதென்றும் சொல்வதைச் சித்தர்கள் ஒப்புக்கொள்ளவதில்லை மனிதனுக்கு மற்ற சீவராசிகளிடத்திலுள்ள அறிவைப் புரிந்துகொள்ளக் கூடிய அறிவு இல்லை என்றே அவர்கள் கருதுகின்றனர். மனிதனுக்கு பஞ்ச இந்திரியங்களுக்குள்ள, அதாவது ஐந்து அறிவுதான் உண்டென்று போகர் சொல்கிறார்.

உதாரணமாகப் பறவைகள் மனிதன் கற்றுக்கொடுக்கும் வார்த்தைகள் எந்த மொழியிலானும் சரி, அதைக் கற்றுத் திருப்பிச் சொல்லும் ஆற்றலுள்ளனவாயுள்ளன. மனிதன் கற்றுக்கொடுக்கும் வித்தைகளைப் பறவைகளும், மிருகங்களும் திறம்படக் கற்று அவ்வித்தைகளைத் திறம்படச் செய்து காட்டும் வல்லமையுடையனவாயுள்ளன. நாய், மாடு, ஆடு முதலியன எல்லாவற்றிற்கும் தமக்குள் வசனிக்கும் மொழிகளும் உள்ளன. அவைகளின் மொழிகளை மனிதன் புரிந்துகொள்ளாதது மனிதனுடைய குற்றம். எறும்பு மற்றொரு எறும்புடன் பேசுகிறது. இந்தப் பக்கம் போகாதே, நீ பின்பக்கம் திரும்பிப்போ என்று சொல்லுகிறதோ என்னவோ நாமறியோம். ஆனால் ஒன்றோடொன்று வாயோடு வாய் வைத்துச் சில விநாடிகள் நிற்கின்றன. எதிரே வந்த எறும்பு பின்பக்கம் திரும்பிப் போகிறது. இராணுவத்தினர் கோடிட்டு நடந்துபோவது போல் ஒன்றன்பின் ஒன்றாய் வரிசையாய் நடந்து போகின்றன. அவைகளிடத்திலிருக்கும் ஒழுக்கம் நம்மிடத்திலில்லை. ஒரு நாய் நம்முடைய மொழியைச் சில நாட்களில் புரிந்துகொண்டு நாமிடும் உத்திரவுப்படி நடக்கின்றது. ஆனால் ஒரு மிருகத்தினுடைய பாஷையையோ,

ஒரு பறவையினுடைய மொழியையோ நம்மால் ஆயிரம் வருடங்களாயினும் கற்றுக்கொள்ள முடியுமா? ஆகையால் மனிதர்களுக்கு மாத்திரந்தான் அறிவு உள்ளது. மற்ற சீவராசிகளுக்குக் கிடையாதென்று புறக்கணித்து இகழ்வது முறையில்லை என்றும் சித்தர்கள் சொல்கின்றார்கள்.

ஆண்டவனையே விலங்கு வடிவமாகவும், பறவை வடிவமாகவும் கூட நாம் வணங்குகிறோம். ஏன்? மரத்தையும் கல்லையும்கூட வணங்குகிறோம். அப்படியிருக்க உயிருள்ள சீவன்களிடத்தில் நாம் இரக்கம் காட்டவில்லையேல் நாம் மனித வர்க்கத்தைச் சார்ந்தவர்களாவோமா? ஆகமாட்டோம் என்பர் சித்தர்கள். மனிதன் என்பவன் இறவாமலிருக்கும் தன்மை வாய்ந்தவன், அந்த உணர்ச்சியின்றி மற்ற சீவராசிகளைப் போல் சாவானேயானால் அவனுக்கும் மற்ற விலங்குகளுக்கும், பறப்பனவற்றிற்கும், ஊர்வனவற்றிற்கும் ஒருவித பேதமுமில்லை என்பர் சித்தர்கள்.

இரக்கம் என்னுமிடத்துப் புலால் மறுத்தல், கொல்லாமை என்பன குறிப்பாக நம் முன் வந்து நிற்கின்றன. மனிதனுடைய வயிற்றை மற்ற பல சீவராசிகளைச் சுடும் சுடுகாடாக ஆக்கலாமா? சண்டாளன் ஒருவனைத் தெய்வீகமுள்ள ஒரு சாதகன் தொடுவதினாலேயே அவனிடமுள்ள தெய்வ சக்திகள் மறைந்துவிடுகின்றன என்று பெரியோர்கள் பேசுகின்றனர். ஏகநாதரின் உடையை பஞ்ச மகாபாதகங்களையே தொழிலாகக் கொண்ட ஒரு பெண் தொட்டதும் அவர் உடலெல்லாம் எரிச்சல் கொண்டதென்றும், ஆனால் அவருடைய கருணை உள்ளம் அப் பெண்ணினுடைய பாவங்களையெல்லாம் ஏற்றுக் கொண்டதென்றும் சொல்லப்படுகிறது. "நீ புண்ணியம் செய்தவள். என்னை நீ தொட்டுவிட்டாய். பரவாயில்லை. போ" என்று சொன்னாராம் ஏகநாதர். அப்படியிருக்க ஊர்வன, பறப்பன, நடப்பன முதலிய சீவராசிகளின் மாமிசங்களையும், எலும்புகளையும் கடித்து ருசிக்கும்

மனிதர்கள் மனிதத் தன்மை வாய்ந்தவர்களென்று எப்படிச் சொல்வது? தன்னூன் பெருக்குவதற்கு பிறிதொன்றின் ஊனினை உண்பவனிடத்தில் எங்ஙனம் அருள் உண்டாகும் என்கிறார் வள்ளுவர்.

பிணங்களைப் புதைக்குமிடங்களில் பேய், பிசாசு, பூதங்கள் குடியிருக்கின்றன என்பது மரபு. அப்படியிருக்க பிணங்களின் அணுக்களை நம் உடலில் கொண்டு சேர்க்கும் நாமும் உயிருள்ள பிணங்களாக நடமாடுவது முறையா?

மனிதன் மனிதனைக் கொன்றால் கொலைக்குற்றம். கொலைக்குக் கொலை. அதாவது தூக்குத் தண்டனை. அக் குற்றத்தை விசாரிக்க நீதிபதிகள். கொலை செய்தவன் நிரபராதி என்று வாதாடப் பெரியப் பெரிய வழக்கறிஞர்கள். கொலை செய்த ஊரில், கொலை செய்யப்பட்ட நேரத்தில், கொலை செய்தவன் இல்லவேயில்லை என்பதற்குக் குவியல் குவியலாகப் பொய் கூறும் சாட்சிகள் இருக்கின்றனர்.

ஆனால் நிரபராதியாய் ஒருவருக்கும் ஒரு தீங்கும் செய்யாமலும். 'எங்கள் கடன் பணி செய்து இடப்பதே' என்று காலம் கழிக்கும் குற்றமற்ற சீவராசிகளை நாள் ஒன்றுக்கு லட்சக் கணக்கில் கொலை செய்து, பேயைப் போல் தின்னவும் செய்து பிறகு பேயைப்போல் திரியும் ஒரு சடத்தை மனிதனென்று கூறுவது பொருந்துமா? இந்தக் குற்றத்தை விசாரிக்க ஒரு நீதிமன்றம் கிடையாதா?

ஆயினும் மனிதன் என்பவன் செய்யும் அட்டூழியம் வீண் போவதில்லை; கொலையுண்ட சீவன் கொலையாளியைத் தொடர்ந்து கொண்டேயிருக்கிறது. எந்தெந்த சீவனுக்கு மனம் வாக்குக் காயத்தால் குற்றத்தை விளைவித்தானோ அவைகளெல்லாம் அதனதன் ஆத்ம சக்திக்கு ஏற்றவாறு மனிதனைத் துன்புறுத்துகின்றன. கொலை செய்யும் ஆற்றலுடைய அக் குற்றவாளியைக் கொலை

செய்தே முடிக்கின்றன. அதாவது மரணத்தை உண்டு பண்ணுகின்றன. ஆனால் மனிதன் அதுதன் வினைப்பய னென்று சொல்லி ஆறுதல் செய்துகொள்ளுகிறான். ஆறறிவு படைத்த மனிதன் செய்யக்கூடிய குற்றங்களை நாம் என்னென்று சொல்வது?

"மனிதரிலும் பறவையுண்டு, விலங்குண்டு, கல்லுண்டு, மரமுண்டு, மனிதரிலும் நீர்வாழுஞ் சாதியுண்டு. அநேக மனிதருண்டு; மனிதரில் மனிதனுண்டு; வானவரில் மனிதராய் வருபவருமுண்டு. மனிதரிலே பிறப்பறுக்க வந்ததே அருமையென வகுத்தார் முன்னே" என்று சிவானந்த போகம் கூறுகின்றது.

அந்தக் குற்றங்கள் எப்படி மனிதனைத் தொடருகின்றன? அவைகள் பேயாக, நிழல் ரூபமாக அவனைத் தொடர்ந்து போகின்றன. வேண்டாம்! என்னோடு வராதே! என்று சொன்னால் அவனைத் தொடரும் நிழல் கேட்குமா? இந்த மனித உடலுக்கும் பூத உடலென்றல்லவோ பெயர். இந்த பூத நிழலை எவன் விரட்டியடிக்கிறானோ அன்றுதான் மனிதன் மனிதனாகிறான். நிழலற்ற மனிதனே சாகா நிலையடைகிறான். இராமலிங்க வள்ளலுக்கு நிழல் கிடையாதென்பது அறிந்தவர்களின் மொழி. 'தீயவை செய்தார் கெடுதல் நிழல் தன்னை வீயாது அடியுறைந்தற்று' என்று திருக்குறள் கூறுவதை காண்க.

எத்தனை எத்தனை கோயில்கள் சுற்றியென்ன பயன்? எத்தனை எத்தனை மந்திரங்கள் செபித்தென்ன பயன்? எத்தனை எத்தனைத் தீர்த்தங்களில் மூழ்கி என்ன பயன்? இரக்கமில்லாதவன், என்றும், பூதகணமாய்த் திரிந்து நரகமென்ற துக்கத்திலேயே உழன்று செல்வான். புலால் உண்பவனுக்கும் கொலை செய்பவனுக்கும் பாபவிருத்தியத்தில் வேறுபாடே கிடையாது. புலால் உண்பவனே கொலையாளி என்பதாம். சீவன்களை வெட்டி விற்பவன் தன்னுடைய தொழில் விருத்திக்குச் செய்கிறான். அவன்

செய்யும் கொலைக்குக் காரணகர்த்தாவாயுள்ளவன் புலாலை உண்ணுபவனே யாவான். உயிருக்கு உயிரென்றபடி மனிதனால் கொல்லப்பட்ட அத்தனை சீவன்களாலும் அவன் கொல்லப்பட்டு பல சன்மாக்கள் எடுத்து கொலைக்குற்றத்தை அம் மனிதன் அனுபவித்தேயாக வேண்டும்.

பஞ்சாட்சர பதி பசுபாச விளக்கத்தில் கண்டுள்ள சில செய்யுட்கள் இங்கு குறிப்பிடத்தக்கன.

'கங்கையில் படிந்திட்டாலுங்
கடவுளைப் பூசித்தாலும்
மங்குல்போற் கோடி தானம்
வள்ளலாய் வழங்கினாலுஞ்
சங்கையில்லாத ஞான
சாத்திர முணர்ந்திட்டாலும்
பொங்குறும் புலால் புசிப்போன்
போய் நரகடைவனன்றே'

'கலையெலா முணர்ந்தானேனுங்
கரிசறத் தெளிந்தானேனும்
மலையென வுயர்ந்தானேனும்
மனமயல் அகன்றானேனும்
உலகெல்லாம் புகழ்ப் பல்லோர்க்
குதவிய கையனேனும்
இலகிய இரக்கம் இன்றேல்
எழுநரகடைவன் நன்றே'

'இத்திறனருள் கைப்பற்றி
உயிர்க்கெலாம் இதத்தைச் செய்க.
சத்தியம் இரக்கம் இன்றேல்
முத்தியைச் சார்கிலார்—சற்
பத்தியால் யோகஞ் சாரும்
யோகத்தாற் பரம ஞானம்
சித்தியாம், இதற்காதாரஞ்
சீவகாருண்யம் அன்றே'

இச் செய்யுட்களுக்கு விளக்கம் தேவையில்லை. இவற்றால் ஞானமென்ற உயர் நிலையடைய வேண்டின் சீவகாருண்யமே ஆதாரமென்பது புலனாகிறது அன்றோ? புலால் உண்போர் ஒருபோதும் சிவனடி சேரமாட்டார் என்கிறார் திருமூலர்.

"பொல்லாப்புலாலை நுகரும் புலையரை;
எல்லாரும் காண இயமன்றன் தூதுவர்
செல்லாகப் பற்றித் தீவாய் நரகத்தின்;
மல்லாக்கத்தள்ளி மறித்துவைப்பாரே—"

என்றதை நோக்குக. புலால் உண்பவர்களெல்லாம் புலையரென்றார் அவர் :

'மன்னுயிரைக் கொன்று வதைத்துண்டுழலாமல்
தன்னுயிர் போலே எண்ணி தவமுடிப்பதெக்காலம்'

என்கிறார் பத்திரகிரியார்.

நம் நேர் பாட்டனார். வாழ்ந்த காலத்தில் நம்முடனிருந்து வாழ்ந்த வள்ளலார் என்ற ஞானசித்தர் கொலையை வெகுவாகக் கண்டித்துள்ளார். புலாலுண்ணும் மனிதரைக் கண்டு அவர் பயந்து நடுங்கினாராம். ஏன்? அவர்கள் மனித ரூபத்திலிருப்பினும் அவருக்கு பேய் ரூபமாய் தோற்றமளித்திருக்கவேண்டும். அவர் என்ன சொல்லுகிறார் பாருங்கள்.

வன்புலாலுண்ணும் மனிதரைக் கண்டு
மயங்கி உள்நடுங்கி ஆற்றாமல்
என்பெலாங்கருக இளைத்தனன், அந்த
இளைப்பையும் ஐயநீ யறிவாய்'

என்கிறார்.

துண்ணெனக் கொடியோர் பிறவுயிர் கொல்லத்
தொடங்கிய போதெல்லாம் பயந்தேன்
கண்ணினாலையோ பிறவுயிர் பதைக்கக்
கண்டகாலத்திலும் பதைத்தேன்
மண்ணினில் வலையுந் தூண்டிலும் கண்ணி

வகைகளும் கண்ட போதெல்லாம்
எண்ணியென்னுள்ளம் நடுங்கிய நடுக்கம்
எந்தை நின் திருவருள் அறியும்

என்றும்

'கொல்லா நெறியே குருவருள் நெறி' என்கிறார். கொலை புரிபவன் ஆண்டவன் குலத்துக்குப் புறம்பானவனல்லவா? அது மாத்திரந்தானா? இறந்தவர்களைச் சுடுவதும் கூட அவரால் சகிக்க முடியவில்லை. தவம் செய்து பெற்று உயிர்போல் வளர்த்து அம்மக்கள் இறந்தால் அப் பெற்றோர்களே அம் மக்களைச் சுடுகின்றார்களே என்னே அவர்கள் கடின மனம் என்கின்றார் வள்ளலார். அவர்கள் பேயினும் பேய் என்று கூடக் கண்டித்திருக்கின்றார்.

'பிறந்தவரை நீராட்டிப் பெருக
வளர்த்திடுகின்றீர் பேயரே நீர்
இறந்தவரைச் சுடுகின்றீர். எவ்வண்ணஞ்சம்
மதித்தீரோ? இரவிற்றூங்கி
மறந்தவரைத் தீமூட்ட வல்லீரால்
நும் மனத்தை வயிரமான
சிறந்தவரையெனப் புகழச் செய்து
கொண்டீர் ஏன் பிறந்து திரிகின்றீரே.'

என்கிறார்.

அதோடு நின்றாரில்லை வள்ளலார். இறந்தவரைச் சுடுவது கொலையென்கிறார்.

'குணம் புதைக்க உயிரடக்கங்
கொண்டது சுட்டால்
அதுதான் கொலையாமென்றே
வணம் புதைக்க வேண்டுமென வாய்தடிக்கச்
சொல்கின்றேன்'

என்பதைக் கவனிக்கத்தக்கது.

சிவகாருண்யம் எந்த அளவுக்கு வள்ளலாரிடத்தில் வளர்ந்திருந்தது என்பதை நினைத்தால் படிப்பவர் நெஞ்சம் பாகாய் உருகும். பூதவுடல் மறைந்து சூக்கும உடலாகி, நிழலற்ற நிலையை அவர் அடைந்ததற்கு முக்கிய காரணம் அவரின் சிவகாருண்ய சீலமே. ஆகவே சித்தி அடைவதற்கு ஆதாரம் சீவகாருண்ய ஒழுக்கமேயாகும். கொலை, புலை தவிர்த்தால் சீவகாருண்ய ஒழுக்கம் பூர்த்தியாகிவிட்டதா வென்பதும் ஒரு முக்கியமான கேள்வி. அதற்குப் பதில் இல்லை என்றே உறுதியாகக் கூறலாம்.

சீவனுள் பராபரம்

மனம், வாக்கு காயத்தால் ஒரு சீவனுக்கு மற்றொரு சீவன் மனம் புண்படும்படி நடந்துகொள்வது சீவகாருண்ய ஒழுக்கத்திற்கு முற்றிலும் முரண்பாடுடையது. ஒருவருக்குத் தீங்கு செய்யவேண்டுமெனக் கருதி அத்தீங்கு செய்யுங்காலையில் அதுவே குற்றமாகிறது. அதற்கு மாறுபட்டதைக்கூட சீவகாருண்ய ஒழுக்கமுடையவர்கள் குற்றமெனக் கருதுகின்றனர். ஒரு பக்தர் கோவிலுக்குள்ளிருந்து வெளியே வந்துகொண்டிருந்தார். மற்றொரு பக்தர் கோவிலினுள் சென்றுகொண்டிருந்தார். உள் சென்றுகொண்டிருக்கும் பக்தர் வெளியே வரும் பக்தர் காலை அறியாமல் மிதித்துவிட்டார். "இப்படி முட்டாள்தனமான காரியம் நீர் செய்யலாமா?" என்று கேட்டார் மற்றொரு பக்தர். அதற்குப் பதில் ஒன்றுமில்லை. இருவரும் பிரிந்தனர். அன்று இரவு முழுவதும் காலை மிதித்தவர் கண் மூடவில்லை. தான் செய்த குற்றத்திற்கு எவ்விதத்தில் பரிகாரம் தேடுவதென்னும் கவலை. மற்றொரு பக்தரும் தூங்கினரில்லை. 'ஆத்திரக்காரனுக்கு புத்திமட்டு' என்ற முதுமொழி அவரை வாட்டிவதைத்தது. முன்பின் யோசியாமல் அவசரப்பட்டு தான் கடிந்து பேசியதை எண்ணி எண்ணி உருகினர். படுக்கையிலிருந்து எழுந்தார் நேராக அப் பெரியாரிடம் போய் மன்னிப்புக் கேட்பதெனத் தீர்மானித்தார். வாசற்படியைத் தாண்டினர்.

நேரம் அதிகாலை. இருட்டு. யாரோ ஒருவர் திடீரென அவர் பாதங்களில் வணங்கி 'மன்னிக்கவேண்டும், மன்னிக்கவேண்டும்' என்று கோரினர். 'யாரையா நீர்; எழுந்திரும். வந்த காரியத்தைச் சொல்லும்' என்றார்.

பெரியவரே! நான் தங்கள் மனம் புண்படும்படி கடுமையாக நடந்துகொண்டு விட்டேன். என்னே என் மடமை. கொஞ்சம் அறிவுடன் நடந்திருப்பின் தங்கள் பாத கமலங்களை நேற்றுக் கோவிலில் மிதித்திருக்கவேண்டி யிருந்திருக்காது என்று சொல்லிக்கொண்டிருக்கும்போதே மிதிபட்ட பெரியவர் திடீரென்று கீழே விழுந்து வணங்கி மிதித்த பக்தரின் பாதங்களை இறுகப் பிடித்துக்கொண்டார்.

'அறிவு விளக்கங்கொண்ட பெரியவரே! தாங்கள் ஒரு குற்றமும் செய்யவில்லையே. எனக்கு ஒரு அபசாரமும் நீர் செய்திரில்லை. அப்படியிருக்க நான் தங்களுக்குச் செய்த அபசாரத்திற்கு என் நாவை வெட்டிவிடுவதுதான் குறைந்த தண்டனை' என்று கூக்குரலிட்டார் அப் பெரியார். இதன்றே சன்மார்க்கம்!

மன்னிக்கும் சக்தி யாருக்கு?

இவ்வாறு சன்மார்க்கத்தின் ஒழுக்கம் ஒருவர்க்கொருவர் பணிந்து உயர்வதாகவே முடியும். இந்த ஒழுக்கம் சீவகாருண்யத்திற்கு ஒரு சிறந்த சான்றாகும். பகலெல்லாம் வழிப்பறி அடிப்பவனைப் போல் கொள்ளை லாபம் அடித்துவிட்டு பட்டு வஸ்திரம், பஞ்சகச்சம், வெள்ளித் தட்டு அதில் தேங்காய், பழம், பூ, ஏந்தி பிள்ளையார் முன் நின்று தலையில் குட்டுப் போட்டுக்கொள்வது புண்ணியமா புருஷார்த்தமா என்பதையும் எண்ணவேண்டும். பிள்ளையார் உன்னைப் புரிந்துகொள்ளும் சக்தியில்லாதவரென்றல்லவா பொருள்படும். பிள்ளையார் என்ன சொல்கிறார்.—'ஏ, பைத்தியக்காரனே. நீ செய்த குற்றங்களை மன்னிக்க எனக்கு அதிகாரம் கிடையாது. யாருக்கெல்லாம் நீ தீங்கு செய்தாயோ, அவர்களிடத்தில் போய் இந்த தேங்காய்ப்

பழங்களை வைத்து மன்னிப்புப் பெற்றுக்கொள்; அவர்களுக்குத்தான் மன்னிக்கும் அதிகாரம் உண்டு என்று சொல்லாமல் சொல்கிறார். ஆனால் அதை அறிந்துகொள்ள மனிதனால் முடியவில்லை. மக்களை ஏமாற்றியதைப் போல பிள்ளையாரையும் ஏமாற்றப் பார்க்கிறான். கொண்டுபோன தேங்காயை உண்மையிலேயே பிள்ளையார் வாங்கித் தின்ன ஆரம்பித்தால் மறுநாளில் இருந்து வெள்ளித் தட்டில் தேங்காய் வருமாவென்பது சந்தேகம்.

இப்படிப்பட்ட மனிதர்களும்கூட முத்தி வேண்டுமென்று கேட்கிறார்கள். அதுவும் செலவில்லாமல் வேண்டும். அவனுடைய செல்வத்தையும் வாகனங்களையும் பார்த்து அவனுடைய இல்லத்திற்கு ஆசாரியன் அஞ்சிச் சென்று உள்ளங்கையில் நெல்லிக்கனிபோல் கடவுளைக் காட்ட வேண்டும்; 'உள்ளவன் இல்லாதவனுக்குச் சோறுபோட வேண்டும். அப்பொழுதுதான் ஆண்டவன் புலப்படுவான்' என்று சொல்லத் தொடங்கினால் அதற்கு நம் செல்வச் சீமான்கள் தகுந்த பதிலும் சொல்வர். "என்னய்யா, விவரம் தெரியாதவராயிருக்கிறீரே, நான் துன்பப்படும் போதெல்லாம் எனக்கு யாரைய்யா உபகாரம் செய்தார்கள்? இரவும் பகலும் உழைத்துப் பணம் சம்பாதித்த கஷ்டம் எனக்குத் தெரியும். நீங்கள் இலகுவாய்ச் சொல்வதற்கென்ன?' என்பார்கள். அவரவர்கள் செய்த புண்ணிய பாபமே அவர்களுடன் வரும் என்றுவேறு வாதிப்பார்கள்.

சித்தர்கள் இந்தப் புண்ணிய பாபமென்ற பூத நிழலை எப்படி ஒழித்தனர்? எந்த மருந்தைச் சாப்பிட்டனர்? காய கற்ப மருந்துகளை உண்டனரா? என்பதைக் கவனிப்போம்

பிரமவித்தை அறியுமிடம்

மனிதன் அறிவு என்னும் பராபரத்தை அறிவதற்குள் மூப்பு, மரணம் வந்தடைந்துவிடுகின்றன. இவைகளைத் தவிர்க்க மருந்து உண்டு. அது ஒவ்வொரு மனிதனுக்குள்ளும் மறைந்துள்ளது. அதை திறந்து காட்டும் குரு வேண்டும்.

அது அமுதம். தின்றால் காய சித்தி, ஏமசித்தி, ஞானசித்தி கிடைக்கும்.

இந்த மருந்தையே வள்ளலார் 'எல்லாம் செய்யவல்ல மருந்து, என்னுள் என்றும் விடாமல் இனிக்கும் மருந்து' என்றும், 'என்னைச் சித்தெல்லாம் செய்வித்த மருந்து' என்றும் சொல்கிறார்.

இந்த மருந்தைத் திருமூலர் 'நுரை திரை நீக்கி நுகர வல்லார்க்கு. நரை திரை மாறும் நமனும் அங்கில்லையே' என்கிறார்.

இந்த மருந்து இருக்குமிடம் எங்கே? அதை எப்படி நுகர்வது? இவைகளை யாரிடம் கேட்டுத் தெரிந்துகொள்வதென்பதுதான் பெருஞ்சிக்கலாகும். இருக்குமிடம் தெரியாமல் நாம் அலைகிறோம். சட்டைப் பையில் பேனாவை வைத்துக்கொண்டு அதை ஊரெல்லாம் தேடுபவனைப்போல் நாமுள்ளோம்.

'எட்டிலே எழுது நூல்களெத்தனை
  படித்து நீ தான்
காட்டிலே யெரித்த திங்கள்
  கானலிற் சலம் போலானாய்
நாட்டிலே தெய்வமென்று
  நடந்தலை யாமலுன்றன்
கூட்டினுள் நாதைநாதர்
  குறிப்பறிந் துணர்வாய் நெஞ்சே!'

என்னும் செய்யுள் நெஞ்சறி விளக்கத்தில் காண்க.

பராபரம் உள்ள இடத்தை புத்தகக் கல்வியினாலோ, கேள்வியினாலோ, மேடைப் பிரசங்கங்கள் மூலமாகவோ அறிய முடியாது. 'கல்வியல்ல கேள்வியல்ல கை காட்டும் காரணந்தான்' என்றபடி அந்த இடத்தைக் காட்டும் குரு நமக்குக் கிடைத்தாலன்றி நம் காலம் வீண் காலமாகி விடுமென்பது திண்ணம்.

"கற்று எட்டத்தான் முடியாதது மக்கட்குகூறறிதானது;
மற்ற ஒப்புக்கு யாது மிலாதது."

என்கிறார் அருணகிரிநாதர்.

அந்த சித்தர்கள் காட்டும் வழியையே பிரம்ம வித்தை என்பர். அதையே தட்சிணாமூர்த்தித் தெய்வம் பெருவிரலையும் ஆள்காட்டி விரலையும் சேர்த்து ஒரு நொடியில் எல்லாம் உள்ளதெனக் காட்டுகின்றது. அந்த பிரம்ம வித்தையைக் கற்றுக்கொள்ளும் வரையில் அது பெரும் வித்தைதான். தெரிந்த பின் அது ஒரு சிறுகா வித்தை. இந்த வித்தை உபதேசம் பெறக் கல்விஞானம் வேண்டியதில்லை. சொல்லப் போனால் வித்யா கர்வமுள்ளவனுக்கு அந்த வித்தை முயன்றும் கிடைக்காத மெய்ப்பொருளாகும். கல்லாத பேர்களே நல்லவர்கள் நல்லவர்கள்; கற்றும் அறிவில்லாத என் கன்மத்தை என் சொல்வேன்—என்கிறார் தாயுமானவர். ஏனெனில் கல்வியின் பயன் ஆனந்தத்தை அனுபவித்தலேயாம். அதுவே சிவமோனமென்பர். அந்த சிவமோனத்தைப் பெறாத கல்வியிருந்தென்ன பயன் என்பதாம். கல்வி அறிவில்லாதவனுக்குக்கூட இந்த வித்தை உபதேசமான மறு நிமிடமே உண்மை எது என்பது புலப்படும். உபநிஷத்துக்கள் வேதங்கள், கைவல்யம் முதலிய சாத்திரங்களிலுள்ள மெய்ப் பொருள்கள் தாமாகவே புலப்படும். எனவேதான் வெறும் புத்தகக் குப்பைகளைப் புரட்டிக்கொண்டிருப்பதை சித்தர்கள் வெகுவாகக் கண்டித்துள்ளனர்.

"கொள்ளை பிறப்பறுக்கக் கொண்டான் குருவடிவம்
கள்ளப் புலனறுக்கக் காரணமாய் வந்தாண்டி
ஆதார மோராறுமைம் பத்தோ ரட்சரமும்
சூதான கோட்டை யெல்லாம் சுட்டான் துரிசறவே
மெத்த விகாரம் விளைவிக்கும் பலபலவாம்
தத்துவங்களெல்லாம் தலைகெட்டு வந்ததடி.
வித்யா தத்துவங்கள் வெந்து விழக் கண்டேன்
சுத்த வித்தையில் விளைவும் சுட்டான்றுரிசரவே"

என்னும் உண்மையைப் பட்டினத்தார் புலம்பலில் காண்க.

மாணிக்கவாசகர்

"முத்தனை முதற்சோதியை
முக்கணப்பனை முதல் வித்தினைச்
சித்தனைச் சிவலோக நாதனைத்
திருநாமம் பாடித்திரிதரும்
பத்தர்காளிங்கே வம்மினீருங்கள்
பாசந்தீரப் பணிமினோ.
சித்தமார் தருஞ்சேவடிக்கண்
நம் சென்னிமன்னித்திகழுமே"—

என்றார்.

சிவநாமங்களைப் பாடித் திரிந்துகொண்டிருக்கும் பத்தர்களே! இங்கே வாருங்கள். நீங்கள் உங்களுடைய ஞானச் செல்வங்களை, மூடியிருக்கும் பாசமாகிய மூலமலமானது ஒழிய கர்மத்தை செய்யுங்கள்; ஞான சித்தர்களால் உபதேசிக்கப்படும் திருவடிகளையும் அவற்றின் கலைகளையும் சிரசின் உச்சியில் செலுத்த பரவிந்துவாகிய சோதி சொரூபமாகிய சிவன் பிரகாசிப்பான். இந்த பிரமோபதேசம் அடையாதவர்கள் மும்மலங்களை அறுக்க முடியாதென்பதாம்.

மாயாஜால மதவாதிகள்

ஆயினும் இந்தச் சித்தர்கள் தத்துவம் மாயாஜால தத்துவமென்றும், ஏதோ அவர்கள் எழுதிப் போட்ட புத்தகங்கள் பயனற்றதென்றும் சமய சாத்திரங்களுக்கு மாறுபாடுடைய அர்த்தமற்ற வார்த்தைகளென்றும் நினைத்தோ என்னவோ சித்தர்களின் அரிய மொழிகளை மதவாதிகள் புறக்கணித்து விட்டனர். சித்தர் நூல்களை ஆராய்ச்சி செய்து அவைகளின் மெய்ப்பொருளை அறிந்து கொள்ள முயற்சித்தலே சிறந்தது. வெறும் சமய நூல்களை மாத்திரம் ஆராய்ச்சி செய்வது போதாது. சாத்திரங்கள் நயம்படப் பேசுவதற்காக இறைவனால் அருளப்பட்டன வல்ல. அறிஞர்களிடம் சென்று சாத்திரத்தின் பொருளை

அறிந்து அனுபவித்தலேயாம். இதை யறியார் நாணமில்லாரென திருமூலர் சொல்கிறார்.

"காணகிலாதார் கழிந்தோடிப் போவர்கள்
நாணமிலாதார் நயம் பேசிவிடுவர்கள்
காணகிலாதார் கழிந்த பொருளெலாங்
காணகிலாமற் கழிகின்ற வாறே"

(3-ம் தந்திரம் 761 செ)

மற்றும் உண்மையறியா மதவாதிகள் கல்வியற்ற மக்களையும் தவறான வழிகளில் இழுத்துச் செல்கின்றனர். இவ்விதம் செய்வது குருடன் குருடனுக்கு வழிகாட்டுவது போலாகும் என்கின்றனர் சித்தர்கள்.

'குருட்டினை நீக்குங் குருவினைக் கொள்ளார்
குருட்டினை நீக்காக் குருவினைக் கொள்வர்
குருடுங் குருடுங் குருட்டாட்ட மாடிக்,
குருடுங் குருடுங் குழி விழுமாறே'

என்னும் திருமந்திரச் செய்யுள் இங்குக் குறிப்பிடத்தக்கது.

மதம், சமயம், சாத்திரம்

அறிவுக்குப் புறம்பானவையாக இருக்கும் மதங்கள் சமயங்களையும் அறிவு விளக்கத்துக்கு சாதகமில்லாத சாத்திரங்களையும் சித்தர்கள் வெகுவாகக் கண்டித்தனர்.

'எவ்வகை சார் மதங்களிலே
பொய்வகை சாத்திரங்கள்
எடுத்துரைத்தே எமது தெய்வம்
எமது தெய்வமென்று கைவகையே கதறுகின்றீர்
தெய்வ மொன்றென் றறியீர்'

என்றும்,

'பொறித்த மதஞ்சமய மெலாம் பொய்யே பொய்யே
அவற்றில் புகுதாதீர் சிவமொன்றே
பொருளெனக் கண்டறிமின்.

என்றும்,

'இருட்சாதி தத்துவச் சாத்திரக் குப்பை
இருவாய் புன்செயி லெருவாக்கிப் போட்டு
மருட்சாதி சமயங்கள் மதங்களாச் சிரம
வழக்கெலாங் குழிக்கொட்டி மண்மூடிப் போட்டு'

என்றும்,

'சாதியிலே மதங்களிலே சமயநெறி களிலே
சாத்திரச்சந் தடிகளிலே கோத்திரச் சண்டையிலே
ஆதியிலே அபிமானித் தலைகின்ற வுலகீர்'

என்றும்,

'இருளான மலமறுத் திகபரங் கண்டே
எல்லா வுயிர்களு மின்புற்று வாழ
மருளான பற்பல மார்க்கங்க ளெல்லாம்
வழிதுறை தெரியாமல் மண்மூடிப் போக'

என்றும் வள்ளலார் அறைகூவலினையும் கவனிக்கற்பாலது.

'உத்தி கொண்டு ஞானநூல் பார்த்துப் பார்த்து
உலகத்தோர் ஞானமெல்லாம் வந்ததென்று
பக்தி கொண்டு அலைவார்கள் விண்ணைப்பாரார்'

என்று சட்டைமுனி சொல்வதையும் கவனிக்கற்பாலது.

சாத்திரம் சமயங்கள் சொல்லும் தீர்த்தங்களை நாடி காடுமேடுகளெல்லாம் அலைந்து திரிவதால் என்ன பயன்பெற முடியுமென்பதை திருமூலர்,

'உள்ளத்தினுள்ளேயுள்ள பற தீர்த்தங்கள்
மெள்ள குடைந்து நின்றாடார் வினைகெட
பள்ளமுமேடும் பரந்து திரிவார்க்
கள்ள மனமுடைக்கல்வியில்லாரே'

என்று சொல்வதையும் கவனிக்கற்பாலது.

"வேதா கமங்களென்று வீண்வாத மாடுகின்றீர்
வேதாகமத்தின் விளைவறியீர்—சூதாகச்

சொன்னவலால் உண்மைவெளி தோன்ற
உரைத்தவிலே
என்னபய னேவிவை."

என்பதும் காண்க.

ஆகவே நாம் செய்யவேண்டியதென்ன? வேதாகமங்கள் கூறும் உண்மைப் பொருளை நாம் அறிய பேரமுதம் உண்ணும் பரம ஆத்மானுபவம் பெற்ற பெரியோர்களை நாடவேண்டும்.

வேதாகமங்களெல்லாம் ஆதாரச் சொன்னவைகள், உண்மை வெளித்தோன்ற வுரைத்ததன்று. வேதாகமத்தின் விளைவு அறியாமற் பயனற்ற பொய்யுலகில் நாம் சஞ்சரிக்கிறோமென்று வள்ளலார் சொல்வதை ஊன்றிப்பார்த்தல் அவசியம்.

அமுதம்

அமுதம் சிதாகாசத்தில் அமைந்துள்ளது. இதையே பிரம்மந்திரமென்றும் சொல்லுவர். இந்த சிதாகாசத்திற்கு ஒரு வாயிற்கதவு உண்டு. இதற்கு ஒரு பூட்டு உண்டு. இதைத் திறந்த நிமிடமே சுத்த கங்கை என்னும் அமுது சொட்ட ஆரம்பிக்கிறது. இதை உண்ண ஆரம்பித்தால் நாளடைவில் உடலெல்லாம் ஒளிமயமாகி நரை திரை மாறி, இவ்வுலகப் பற்றுகளெல்லாம் உதிர்ந்து மெய்வழியில் மனம், காயம், ஈடுபாடடைந்து இந்த பூத உலக தோற்றங்களெல்லாம் மறைந்து மனிதன் சோதியில் ஆனந்தமடைகிறான். நாளடைவில் இந்த பூத உடலுக்குள் அட்டமா சித்திகள் ஓங்குகின்றன.

கதவைத் திறப்பின் அமுதம் சொட்டுகிறதென்றோம். அந்தக் கதவை எப்படி திறப்பதென்று சொல்லவேண்டாமா? சித்தர்கள் சொல்லுவதாவது: அந்தக் கதவைத் திறப்பதற்குச் சாவி வேண்டும். அந்தச் சாவி சித்தர்களிடத்தில் தானுள்ளது. அதை நேரில்தான் பெறவேண்டுமென்று

மேலே சொன்னோம். இந்தச் சாவியைப் பற்றி வள்ளலார் கூறுவது கவனிக்கத்தக்கது. "பெட்டியிதில் உலவாத பெரும் பொருள் உண்டு. இது நீ பெறுகவென அது திறக்கும் பெரும்திறவுகோலும் எட்டிரண்டும் தெரியாத என்கையிலே கொடுத்தீர்: இது தருணம் திறந்ததனை எடுக்க முயல்கின்றேன்" என்று கூறுவதை கவனிக்கற்பாலது. இருப்பினும் சித்தர்கள் நூல்களில் அதனைப் பற்றிக் காணப்படும் விளக்கத்தைச் சிறிது ஆராய்வோம்.

"காலைப்பிடித் தனலையம்மை குண்டலியடிக்
கலைமதியி னூடுதாக்கி
உருகிவரும் அமிர்தத்தை யுண்டுண்டு உறங்காமல்
உணர்வான விழியை நாடி"

என்று தாயுமானவர் கூறியிருப்பதை கவனிக்கத் தக்கது.

"பிங்கலையும் இடகலையும் மாறும்போது அறிவான சுழிமுனையில் மனதை வைத்து அசையாமலொரு மனதாய் காக்கும்போது குறியான சிவயோகம் சித்தியாச்சு. கோடி சென்மம் சித்தரைப்போல் வாழலாமே" என்று நிசானந்த போதம் கூறுவதைக் காண்க. சுழிமுனை வீட்டில் ஓங்கரித்து இருப்பது உணர்வு. அது அசைவற நிற்பின் சிவமாம். அசைவுறில் சீவனும். ஆகவே சிவம் சீவனில் உள்ளது. சீவன் சிவத்தில் உள்ளது. 'இதை அண்டத்திலுள்ளது பிண்டம், பிண்டத்திலுள்ளது அண்டம்' என்பர். வள்ளலார் இந்த அமுதத்தை உண்டு என்ன பயன் பெற்றாரென்பதைக் கீழ்க்கண்ட செய்யுள் விளக்கும்.

'கடல் கடந்தேன் கரையடைந்தேன் கண்டு
கொண்டேன் கோயில்
கதவு திறந்திடப்பெற்றேன் காட்சியெல்லாங்கண்டேன்
அடல் கடந்த திருவமுதுண்டருளொளி யாலனைத்தும்
அறிந்து தெளிந் தறிவுருவாய் அழியாமையடைந்தேன்
உடல் குளிர்ந்தேனுயிர் கிளர்ந்தேனுள்ள மெலாந்
தழைத்தேன்

உள்ளபடியுள்ள பொருளுள்ளவனும் நிறைந்தேன்
இடர் தவிர்க்குஞ் சித்தியெலாமென் வசமோங்கினவே'

என்று வள்ளலார் சொல்லும் கோயிலின் கதவு மனிதனால் ஆக்கப்பட்ட மரக்கதவு அன்று. தன்னுள்ளிருக்கும் கதவையே அவர் அவ்வாறு குறிப்பிடுகிறார். அந்தக் கதவு திறந்தது. காட்சியெல்லாம் புலப்பட்டது. திருவமுது சொட்ட ஆரம்பித்தது. அதை உண்டார், உடல் குளிர்ந்தது. உயிர் கிளர்ந்தது. சித்தியெல்லாம் அவர் வசம் ஓங்கின. வைகுண்ட ஏகாதசியன்று கோபுரக் கதவு திறந்து என்ன காட்சியைக் கண்டோம். உடல் குளிர்ந்ததா? உயிர் கிளர்ந்ததா? மிதிபட்டதே மிச்சமல்லவா. கோபுரமென்பதென்ன வென்பதை ஞானக்கும்மியெனும் நூல் விளக்குவதை நோக்கற்பாலது.

'தேகமெனுஞ் சிவாலயமாம்—அதிற்
சென்னி சிறுவாயிற் கோபுரமாம்
காகமான விரண்டுங் காக்கொடுங்
கையாங் கோடி—ஞானப்பெண்ணே'

என்கிறார்.

வள்ளலார் அக் கோயிலைப் பற்றி மற்றும் சொல்கிறார்.

'கோயிலைக் கண்டங்கே கோபுர வாயிலிற்
கூசாது சென்றேனடி—அம்மா
கூசாது சென்றேனடி
கோபுர வாயினுட் சித்திகள் சித்தர்கள்
கோடி பலகோடியடி—அம்மா
கோடி பலகோடியடி
அம்மையைக் கண்டேனவளருள் கொண்டேன்
அமுதமுண்டேனடி—அம்மா
அமுதமுண்டேனடி'

(சிவ நாமாவளித் திரட்டு)

இவ்வமுதத்தைப் பற்றிப் புகழாத சித்தர்களேயில்லை.

'அட்டாங்க யோகமும் ஆதாரமாறு மவத்தையைந்தும்
விட்டேறிப்போன வெளிதனிலே வியப்பொன்று
கண்டேன்
வட்டாகிச் செம்மதிப் பாலூறலுண்டு மகிழ்ந்திருக்க
வெட்டாத பேரின்ப மென்னை விழுங்கியிருக்கின்றதே'

என்ற பட்டினத்துப் பிள்ளையார் பாடலையும் நோக்குக.

'மலையார் சிரத்திடை வானீர் அருவி
நிலையாரப்பாயும் நெடி நாடி யூடு போய்ச்
சிலையார் பொதுவில் திருநடமாடுந்
தொலையாத ஆனந்தச் சோதி கண்டேனே'

என்பது திருமூலர் திருமொழி.

'ஞான மறிந்தோர்க்கு நமனில்லை நாள்தோறும்
பானமதையுண்டு பசியானால்—ஞானமது
கண்டாலுடல் உயிருங்காயம் வலுவாகும்
உண்டால் அமிர்த ரசமுண்'

என்னும் செய்யுள் திருவள்ளுவர் ஞானத்தில் காணப்படுகிறது.

வள்ளலார் உண்ட அமுதமே சுத்த கெங்கை. இதுவே அமிர்த ரசம். இதுவே பகீரதன் வெகு பிரயாசையுடன் சிவன் முடியிலிருந்து இறக்கிய கெங்கை. சிதாகாசத்திலிருந்து சொட்டும் இந்தக் கங்கையே மரணமிலாப்பெரு வாழ்வுக்கு நம்மை உய்ப்பிக்கும். பாபங்களெல்லாம் போக்கும்.

மண்ணும் கல்லும் சாக்கடை நீரும் ஒன்றும் பாதியுமாகச் கட்டுத் தள்ளிய பிணங்களும் கலந்த கங்காநதியில் மூழ்குவதாலேயே முத்திபெற முடியுமா? அதை உண்டு பாபங்களைத் தொலைக்க முடியுமா? உண்மையை இனியேனும் நாம் உணரவேண்டும்.

மேற்சொன்ன வாசல், கோயில் என்பவை என்ன என்பனவற்றைத் திருமந்திரத்தில் பார்க்கத்தக்கது. அந்த வாசல் திறந்து பார்ப்பதற்கு புலனைந்தும் மணி விளக்கென்பார் திருமூலர். அந்தச் சிதாகாசம் உச்சியிலுள்ள தென்பார். மூலத்தைக் கண்டவராகையால் அவர் திருமூலர் ஆனார்.

'உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊனுடம்பாலயம்
வள்ளற் பிரானார்க்கு வாய்கோ புரவாசல்
தெள்ளத் தெளிவார்க்குச் சீவன் சிவலிங்கம்
கள்ளப்புல னைந்தும் காளாமணி விளக்கே'
'தலையடி யாவ தறியார் காயத்தில்
தலையடி உச்சியில் உள்ளது மூலம்
தலையடி யான அறிவை யறிந்தோர்
தலையடி யாகவே தானிருந் தாரே'
ஊனூரல் பாயும் உயர் வரை உச்சிமேல்
வானூரல் பாயும் வகையறி வாரில்லை
வானூரல் பாயும் வகையறி வாளர்க்குத்
தேனூரல் உண்டு தெளிதரு மாமே.'

என்பதை நோக்குக.

இந்த அமுதம் என்ற நீர் எப்படி வருகிறதென்பதைத் திருமூலர் சொல்லுகிறார்.

'விந்தும் நாதமும் மேவியுடன் கூடி
சந்திர னோடே தலைப்படு மாயிடில்,
அந்தர வானத் தமுதம் வந்தூறிடும்
அங்குதி மந்திரம் ஆகுதி யாமே'

இந்த சிவநீரை உண்டால் அடையும் பயனை விளக்குகிறார் திருமூலர்.

'தெளி தருமிந்தச் சிவநீர் பருகி
லொளிதரு மோராண்டிலூன மொன்றில்லை

வளியுறு மெட்டின்,மனமதொடுங்கும்
குளிதருங் காயங்கன கமதாமே.'

அழுகண்ணி சித்தர் சொல்வதையும் பார்ப்போம்.

'உச்சிக்குக் கீழடியோ ஊசி முனை வாசலுக்குள்
மச்சிக்குள் மேலேறி வானுதிரந்தானெடுத்து
கச்சை வடம்புரியக் காயலூர் பாதையிலே
வச்சி மறந்தல்லோ, என் கண்ணம்மா
வகைமோச மானேனடி.'—என்கிறார்
'உச்சிமேற் சென்று
உயர்வெளி கண்டோர்க்கு
இச்சிப்பிங் கேதுக்கடி—குதம்பாய்
இச்சிப்பிங் கேதுக்கடி.'

என்னும் குதம்பைச் சித்தர் பாடலையும் நோக்குக.

சிரத்தில் சீவிக்கின்றவனே சிரஞ்சீவியாகின்றான். (சிரம்+சீவி) இந்த சிரத்தின் பெருமையைப் பற்றி நாம் இந்நூலில் பல இடங்களில் குறிப்பிட்டுள்ளதைக் காண்க.

வள்ளலார் இந்த அமுதத்தை ஞானமருந்தென்றும், தன்னுள் தித்திக்கும் மருந்தென்றும் சொல்லலானார். திருமூலர்,

'வீரமருந்தென்றும் விண்ணோர் மருந்தென்றும்
நாரி மருந்தென்றும் நந்தி அருள் செய்தான்
ஆதி மருந்தென்றும் அறிவார் அகலிடஞ்
சோதி மருந்திது சொல்லவொண் ணாதே.'

என்று சொல்வதையும் குறிப்பிடத்தக்கது.

"காயத்துள் அமுதூற வூறநீ
கண்டு கொள்ளென்று காட்டிய,
சேயமாமலர்ச் சேவடிக் கணஞ்சென்னி
மன்னித் திகழுமே"

என்னும் திருவாசக மொழியையும் நோக்குக.

சிவநீர் வேண்டுபவர் யார்?

இந்தச் சிவநீரைப் பருகும் மார்க்கத்தைக் காட்ட வல்லவர்கள் யாராவது இருக்கிறார்களா? அளர்கள் எங்குள்ளார்கள்—என்ற கேள்விகள் நமக்குள்ளே உதிக்கக்கூடும். "எந்தரோ மகானு பாவலு" என்று தியாகய்யர் சொன்னபடி எத்தனையோ சித்தபிரான்கள் நம்மிடையே உலவுகின்றனர். அவர்களிருந்தால் மட்டும் போதுமா? நமக்கு ஆர்வம் வேண்டுமே.

இந்தச் சிவநீர் பருகும் மார்க்கத்தைக் காட்டவல்ல, வயது மதிப்பிட முடியாத ஓர் பெரியார், சென்னையிலிருந்து 300 மைலுக்கு அப்பால் ஓர் ஊரில் இருக்கின்றார். அவரை அளப்பதற்கு நம்மிடம் கஜக்கோலில்லை. வாருங்கள்! போய்ப் பார்த்துவிட்டு வரலாமென்று சிவநீர் பருக ஆசைப்படும் நண்பரிடம் நாம் சொல்வோமானால் அவர், "வருகிறேன்! வியாபாரம் தொடங்கி ஒரு மாதந்தான் ஆகிறது. அதுவுமன்றி என் மனைவிக்கு உடல் நலமில்லை. அந்த பெரியார் இருக்குமிடம்வரை கார் போகுமா? அவர் நாம் கேட்கும் கேள்விகளுக்கெல்லாம் பதில் சொல்வாரா? போனவுடன் கடவுளைக் காட்டுவாரா? அவ்விடத்தில் சாப்பாட்டுக்கு வசதியுண்டா? மாலை காபி இல்லாவிடில் தலைவலிக்குமே. கூட்டம் அங்கு நிறைய இருக்குமா? கூட்டமென்றால் எனக்குக் கிஞ்சித்தும் பிடிக்காதே' என்றெல்லாம் சரமாரியாகக் கேள்விகள் போடுவார்.

இப்படிப்பட்ட அபாத்திரர்களுக்கா இப் பெரியார்கள் கோயில் கதவு திறக்கும் வழியைக் காட்டுவார்கள்? இவர்களுக்கா அவர்கள் சாவியைக் கொடுப்பார்கள்? சிறிதும் விழைவு இல்லாதவர்க்கு எவ்வாறு இவை சித்திக்கும்? பாத்திரமறிந்தல்லவா பிச்சையிடுவார்கள்? அபாத்திரத்திற்கு பிச்சையிடின் பரபோகம் குன்றிவிடுமென்று திருமூலர்.

"திலமத்தனையே சிவஞானிக் கீந்தால்
பல முத்தி சித்தி பரபோகமும் தரும்;
நிலமத்தனை பொன்னைநின் மீடர்க்கீந்தால்
மலமற்றே பரபோகமும் குன்றுமே"

என்றும்,

கோலவறட்டைக் குனிந்து குளகிட்டுப்
பாலைக் கறந்து பருகுவ தேயொக்குஞ்
சீலமும் நோன்பும் இல்லாதவர்க் கீந்து
காலங் கழிந்த பயிர துவாகுமே—என்பதையும்

அறியத்தக்கது.

அபாத்திரர்களுக்கு ஈவதால் பெரும் பிழையாகுமென்றும், கொடுப்பவன் நரகக்குழியில் விழுவனென்றும் சொல்கிறார் திருமூலர்.

இராமலிங்க வள்ளலார் பரமபத நாட்டிற்குப் போகும் நெறியைக் காட்டுகிறேன் வாருங்கள் என்று கூவிக் கூவி அழைத்தார். மூலபண்டாரம் வழங்குகிறேன் முந்துங்கள் என்றார். செகத்தார் சேர வந்தனரா? ஆனால் மக்கள் அவருக்கு என்ன பதில் கொடுத்தார்கள் என்பதை வள்ளலாரே வாய்விட்டுக் கூறி வருந்துகிறார்.

"திருத்தமுடையோர் கருணையாலிந்த வுலகில்
தியங்குவீர ழியாச் சுகம்
சேருலகமாம் பரமபதமதனை யடையுநெறி
சேர வாருங்களென்றால்
இருந்தினியசுவையுணவு வேண்டும் மணியாடை தரும்
இடம் வேண்டும் இவைகளெல்லாம்
இல்லையாயினும் இரவு பகலென்ப தறியாமல்
இறுகப் பிடித்தணைக்கப்
பெருத்த முலையோடு இளம் பருவமுடன் அழகுடைய
பெண்ணகப்படு மாகிலோ நீர்
பேசிடும் பரமபத நாட்டினுக்குப பிறகிதோ
வருவ மென்பார்"

என்று கடிந்து பாடுகிறார்.

ஆகவே மக்கள் மனமார வேண்டி விரும்பும் பரமபத நாடு எத்தகைய தென்பதை வள்ளலார் பச்சையாகச் சொல்லிவிட்டார். அமுதம் சாப்பிட எல்லோருக்கும் ஆசை தான். விலைக்குக் கிடைத்தாலோ பணம் பெற்றவன் வாங்கி, உட்கார்ந்த இடத்திலேயே உண்டுவிட்டு உடலைத் தேற்றிக் கொண்டு பல பெண்களை மணந்து கொள்வான்; ஏழைகள் வயிற்றில் எரி நெருப்பைப் போட்டுக் கள்ளமார்க்கெட்டில் பணம் சம்பாதிப்பான். ஆனால் இந்த சிவநீர் அப்படிப்பட்ட நபருக்குப் பலகோடி மைல் தூரத்தில் ஒடி ஒளிந்துகொள் ளும் களங்கமற்ற அன்பும் பண்பும் நிறைந்த உள்ளத்தில் குடிகொள்ளும் நீரே சிவநீர். கைலையங் கிரியாகிய சிதாகாசத்திலுள்ளது இந்த கங்கை. இந்தச் சிவநீரையுண்டு சாகா நிலையை அடைந்தவர்களே சித்தர்கள்.

சித்தர்கள் நெறி

இப்படி நமனை வென்ற ஞானசித்தன், நவகிரகங்களின் கோளாறுகளுக்கு அப்பாற்பட்டவன். வேண்டுமாயின் தானே உயிர்களைப் படைக்க வல்லவன். விசுவாமித்திரன் திரிசங்கு சுவர்க்கத்தைப் படைத்ததுபோல் பல உலகங் களைப் படைக்கவும் வல்லவர்கள். இறந்தோர்களை உயிர்ப் பிக்க வல்லவர்கள். ஞானசம்பந்தர் அவ்விதம் செய்தா ரென்பதை நூல்கள் மூலமாய் அறிகிறோம். அந்த வல்லமையைக் குறித்து நாம் எள்ளளவும் ஐயப்பாடடைய வேண்டியதில்லை; சித்தர்கள் பூத உடலுடன் உலாவலாம். ஒரே காலத்தில் தங்கள் பூதவுடலுடன் பல இடங்களில் காட்சியளிக்கவும் வல்லவர்கள்.

சித்தர்கள் நெறியில் பலர் பூத உடலில் உலாவுகின்றனர். அவர்கள் பல பதவிகளில் உள்ளனர். சிலர் ஆரம்பப் பள்ளி யிலும், சிலர் உயர்நிலைப்பள்ளியிலும் மற்றும் சிலர் கல்லூரி களிலும் உள்ளனர். அவர்களில் சிலர் உட்கார்ந்த இடத்திலேயே அமர்ந்திருக்கின்றனர். சிலர் படுத்த படுக்கை யாகவே இருக்கின்றனர். சிலர் உலாவிக்கொண்டிருக்கின்

றனர். அவர்கள் தோற்றம் பிச்சைக்காரர்கள் தோற்றம் போலவும், பித்தர்கள் தோற்றம் போலவும் உண்டு. யாரையும் எதையும் கேட்பதில்லை. அன்புடன் ஏதாவது கொடுப்பின் அந்த அன்பைப் பாராட்ட அதைப் பெற்றுக்கொள்வர். இப்படிப்பட்ட மகான்களின் தரிசனம் நம் போன்றவர்களுக்கு மிக்க நலனைத்தரும் வழி தெரியாதவனுக்கு வழி தெரிந்தவன்தான் வழியைக் காட்ட முடியும். பல மகான்கள் பரமபத நாட்டின் எல்லை களில் உலாவி மகிழ்கின்றனர். அவர்களில் பலர் நம்மிடம் பேசமாட்டார்கள்; சிலர் பேசுவர். பேசினும் நமக்குப் புரியாத ஒரு தனி மொழியாகவே அது காட்சி அளிக்கும். சுவாமியார் என்ன சொல்கிறாரென்று நம் பக்கத்தில் உள்ளோரைக் கேட்க வேண்டிய நிலைமை ஏற்படும். நமக்கு முதலில் அவர்களிடத்தில் வெறுப்புகூடத் தோன்றக்கூடும். லெளகீக ஆசாரமும் உலகியல் நடைமுறையும் அவர்களிடத் தில் இருக்காது. பல்லைத் துலக்க மாட்டார்கள். குளிக்க மாட்டார்கள். அழுக்கடைந்த கந்தைத் துணிகளையோ, கோணிப்பைகளையோ கட்டிக்கொண்டிருப்பார். சிலர் நிர்வாணமாகவே இருப்பர்.

சித்தர்கள் வழிபாடு

இப்படிப்பட்ட பெரியார்களைத் தரிசிப்பதனால் பயன் யாது? அவர்கள்தான் பேசுவதில்லையே என்ற ஐயப்பாடுகள் நமக்குள் தோன்றுவது-தவறாகாது. 'நல்லோரைக்காண்பது வும் நன்றே' என்பது முதுமொழி. சித்தர்கள் தங்கள் பார்வையின் மாத்திரத்திலேயே நம்மைப் பக்குவப்படுத்தக் கூடியவர்கள். தண்ணீரில் நூல் இழுத்துச் செல்வதுபோல் மீன் தன் முட்டைகளை இட்டுக்கொண்டே போகும். அந்த முட்டைகளை அம் மீன் திரும்பிப்பார்த்த அளவில் அவை குஞ்சுகளாகிவிடும்.

''தண்ணீரி லிருக்கும் மீன்கள் தண்ணீரிற் கருவை
வீழ்த்திக்
கண்ணினாற் பார்க்கும்போது கயலுருவானாற் போல

நண்ணிய தருவைக்கண்டு நாதனல்லுருவைச் சேர்த்து
விண்ணின் மேனுகை நாதர் மெல்லடி வென்பார்
நெஞ்சே'

என்னும் செய்யுள் நமக்கு ஆதாரமாயுள்ளது. ஆகவே சித்தர்கள் பார்வை ஒன்றே போதும். அந்தப் பார்வையி னுலேயே உயர்ந்த தீட்சையுண்டாகின்றது.

மற்றும் அவர்களுடைய உள்ளத்திலே நாம் புகுந்து விட்டால் போதும், அவர்களை நாம் மறுமுறை சந்திக்கா விடினும் பரவாயில்லை. அவர்கள் இருந்த இடத்தி லிருந்தே நம்மைப் பக்குவப்படுத்தக்கூடிய வல்லமையால் ஆட்கொள்வர்.

உதாரணமாக, ஆமையானது தன் முட்டைகளைக் குளக்கரையில் வைத்துவிட்டு குளத்தின் நீரில் உலாவிக் கொண்டிருக்கும். என்றோ ஒருநாள் தன் முட்டைகளை நினைத்த மாத்திரத்தில், அம் முட்டைகள் குஞ்சுகளாக வெளிப்படும் என்பதைக் கீழ்க்கண்ட செய்யுள் விளக்கும்.

'குளத்திலே கிடக்குமாமை குளக்கரை முட்டையிட்டுக்
குளத்து நீர்க்குள்ளிருந்து குறிப்புடனினைக்கும் போது
களத்திலே புதைத்த முட்டை கருவுருவானாற்போலுன்
உளத்திலே நாகை நாதருருவறிந்து ணர்யாய் நெஞ்சே'

என்பதை கவனிக்கவும்.

சித்தர்கள் சமாதி நிலை

சித்தர்கள் மக்கள் நலனுக்காகப் பல இடங்களில் பூத உடலுடன் தோன்றி ஆங்காங்கிருக்கும் மக்களுக்கு மருந்து, மந்திரம் முதலியவைகளைத் தந்து உடற்பிணி களையும் மனப்பிணிகளையும் போக்கிவந்தனர். ஓர் மரத் தின் கீழ் உட்கார்ந்துகொள்வர். அம்மரத்தின் வேர், பட்டை, பூ, காய், பழம், இலை கொழுந்து முதலியவை களைப் பிணிக்குகந்தவாறும், வயதிற்குகந்தவாறும் மக் களுக்குக் கொடுத்து மருத்துவம் செய்வர். நாளடைவில்

சமாதியடையப் போவதாக மக்களுக்குச் சொல்வர். ஓர் குழியில் உட்கார்ந்து மண்மூடச் சொல்வர். ஆனால் அவர்கள் அக் குழியில் பிணமாவதில்லை. அந்த உடலை அங்கு உயிருடனேயே வைத்திருப்பர். ஒரே காலத்தில் பல இடங்களில் ஒரே உருவத்துடன் சமாதியடைவர். அவ்வுடல் பல்லாயிரக்கணக்கான வருடங்கள் அழியாம லிருக்கும். அதையே பெரியோர்களே சிவ சமாதியென்பர். சிவ சமாதி அடைந்த இடத்திலுள்ள மரங்களே பின்னர் தலவிருட்சங்களாயின.

அந்த சமாதிகளின் பேரிலேயே மக்கள் பெரிய பெரிய ஆலயங்களை அமைத்தனர். நாளடைவில் அப் பெரியோர் களின் முக்கியத்துவத்தைப் பல காரணங்களினுல் பாராட் டாமல், அவர்களின் சமாதிகளின்பேரில் பலவிதமான உருவங்களை அமைத்து அவைகளை வழிபடலாயினர். பின்னர் ஆலயங்கள் அப் பெரியார்களின் சமாதிகளென்று சொல்லிக்கொள்வதற்கும் அருவருப்படைந்தனர். அவ் வாலயங்களைச் சித்தர்கள் சமாதி நிலையங்களென்று குறிப் பிடுவது நம் சமுதாயத்துக்குப் புறம்பானதென்றும் கருதலாயினர்.

தலங்களும் மகான்களும்

தல விருட்சங்கள் என்பன சித்தர் வசித்துவந்த மாளிகைகளாகும். எனவே அவர்கள் வாழ்ந்த இடத்தில் உள்ள அம்மரங்களைக்கொண்டே மக்களுடைய பலபிணிகளை நீக்கிவந்தனர் என்பதை குறிப்பிட்டோம். அவ்விடங் களிலேயே சித்தர்கள் சமாதியடைந்து மக்களுக்கு அவை களை அருள் இடமாக அமைத்தனர். அம் மகான்கள் யார் யார் எந்தெந்த ஆலயங்களில் அருளை அமைத்தனரென்பதை குறிப்பிடுவோம்.

மகான்களின் பெயர்	அடங்கிய தலங்கள்
1. அகத்தியர்	அனந்தசயனம்
2. கும்பமுனி	கும்பகோணம் (கும்பேசுவரர் ஆலயம்)
3. புலத்தியர்	பாபநாசம், ஆவுடையார் கோவில்
4. திருமூலர்	சிதம்பரம், திருமூலவர்க்கம், நெடுங்குன்றம்
5. திருமூலர் நோக்கம்	மேலை சிதம்பரம்
6. சட்டமுனி	சீர்காழி, சீரங்கம்
7. கோரக்கர்	திருக்கோணமலை
8. கருவூரார்	திருக்காளத்தி
9. பதஞ்சலி	அழகர்மலை
10. அழுகண்ணர்	நாகப்பட்டணம்
11. நாரதர்	திருவிடைமருதூர், கருவை நல்லூர்
12. இராமதேவர்	அழகர்மலை
13. மச்சமுனி	திருப்பரங்குன்றம்,மயிரேசகம் திருவானைக்காவல்
14. மார்க்கண்டேயர்	கருவைநல்லூர்
15. கொங்கணர்	திருப்பதி, கோடித்துறை, திருக்கணங்குடி
16. பாம்பாட்டி சித்தர்	திருஞ்ஞாலம், துவாரகை
17. புண்ணாக்கீசர்	நண்ணாசேர்
18. காசிபர்	ருத்ரகிரி
19. வரதர்	தென்மலை
20. கன்னி சித்தர்	பெருங்காலூர்
21. தன்வந்திரி, வசிட்டர்	வைதீசுவரர் கோவில்
22. கோரக்கர், போகர்	திருக்கழுக்குன்றம்

மகான்களின் பெயர்	அடங்கிய தலங்கள்
23. விசுவாமித்திரர் நந்தி,	திருவாவடுதுறை, காளிங்கி காசி,
24. கடுவெளி சித்தர்	திருக்காஞ்சீபுரம்
25. இடைக்காடர், கௌதமர்	திருவருணை, சேது, திருவிடை மருதூர்
26. கமலமுனி, சுந்திரானந்தர்	மதுரை, ஆரூர், திருவாஞ்சியம்
27. சுந்தரர்	வாரீட்சம்
28. காளாங்கி	திருக்கடவூர், திருப்பனந்தாள்
29. வால்மீகி, அகப்பை சித்தர்	எட்டிக்குடி, திருவையாறு
30. போகநாதர்	கதிர்காமம், திருச்செந்தூர், திருத்தணிகை, திருப்பரங் குன்றம்,பழநீ.

தென்னாட்டிலுள்ள மேற்குறிப்பிட்ட அரும் பெரும் தலங்களிலாவது, தல வரலாறுகளிலாவது சித்தர்களைப் பற்றி, ஒன்றிரண்டு ஆலயங்கள் தவிர, மற்றவைகளில் ஒரு குறிப்பும் காணப்படவில்லை. சைவ சித்தாந்தத்திற்குச் சித்தர்களின் தத்துவங்களில் சில முரண்பாடுடையனவாகச் சிலர் கருதுவதாலுண்டாகும் பிழையின் பயனாக அவ்விதப் புறக்கணிப்பு இருக்கலாமென்று ஒரு சாரார் கருதுகின்றனர்.

எது எப்படி இருப்பினும், அந்தந்த தலங்களின் அந்தந்த சித்தர்களின் நாமத்தை, மக்கள் அறியுமாறும் தல வரலாறுகளில் இந்தச் சித்தர்களைப் பற்றிக் குறிப்பிடுவதும் மிக மிக முக்கியமென்பதை மக்கள் அறியாமற் போயினர்.

தன்னையறிவதே தலைவனையறிதலாம்

சருவ அண்டபிண்ட சராசரங்கட்கும் ஆதி முதல்வனே ஈசன். அவனே பராபரம், பரமான்மா, பிரமன், அறிவு.

இவன் தூய்மையுடைய பளிங்குக் கண்ணாடிபோல் தன்னுள்ளே விளங்குகின்றான். ஆயினும் அனந்தமான சீவன்கள் இக் கண்ணாடியிலுள்ள பிரதிபிம்பத்தை நோக்க வல்லமையற்றுள்ளனர். ஒரு கண்ணாடியை வெளிச்சத்தில் வைத்துவிட்டு ஒருவன் இருளில் நின்று கொண்டு அக் கண்ணாடியை நோக்கினால் தன் உருவம் தோன்றாது. கண்ணாடி ஒளியில்தான் உள்ளது. ஆயினும் அவனுக்கு அக் கண்ணாடி பயன் தராது போகும். கண்ணாடியை இருளில் வைத்துவிட்டுத் தான் வெளிச்சத்தில் நின்றுகொண்டு பார்க்குமளவில் தன் பிரதிபிம்பத்தைத் தெள்ளெனக் காண்கிறான் அதுபோல அறிவின் அருட் காட்சி கிட்டவேண்டுமாயின் தன்னிடத்தில் ஒளி தேவை. ஆகவே கடவுள் சொருபத்தைத் தரிசித்தலென்பது தன்னைத் தரிசித்தலேயாம். அதையே பட்டினத்தார்,

'ஊனுக்குள் நீனின்றுலா வினைதைக் காணுமல்
நானென்றிருந்து நலமிழந்தேன் பூரணமே'
'உடலுக்குள் நீ நின்றுலாவினைதைக் காணுமல்
கடல்மலைதோறுந் திரிந்து காலலுத்தேன் பூரணமே'
'என்னையறியாம லெனக்குள்ளே நீயிருக்க
உன்னை யறியாம லுடலழிந்தேன் பூரணமே'
'எனக்குள்ளே நீயிருக்க வுனக்குள்ளே நானிருக்க
மனக்கவலை தீர வரமருள்வாய் பூரணமே'

என்று அறைகூவினதை கவனிக்கற்பாலது.

'தன்னையறியத் தனக்கொரு தீங்கில்லை
தன்னையறியாமற்றான் கெடுகின்றான்
தன்னையறியு மறிவை யறிந்தபின்
தன்னையர்ச்சிக்கத் தானிருந்தானே'

என்றும்,

அவனிவனாகும் பரிசறிவாரில்லை
அவனிவனாகும் பரிசதுகேள்

அவனிவனோசை ஒளியினுள் ஒன்றிடும்
அவனிவன் மட்டமதாக நின்றானே

என்றும் திருமந்திரம் கூறுவதைக் காண்க. அதாவது சிவமும், ஆன்மாவும் ஓசையும், ஒளியும் போல உள்ளே ஒன்றாய் நிற்கும். சிவமும் உயிரும் பிரணவத்தில் நிலை பெற்றன.

உன்னைத் தந்தனை செந்தாமரைக் காடனைய மேனித்
தனிச்சுடரே இரண்டு மில்இத் தனியனேற்கே.

என்னும் திருவாசக மொழியையும் சிந்திக்கற்பாலது. சிவத்தையடைந்தால் தனியனென்றார். சரீரத்தில் சிவம் வியாபித்திருப்பதால் தூல சூக்கும சரீரங்கள் இரண்டும் எனக்கில்லை என்றார்.

தத்துவத்தைப் பார்த்து மிகத் தன்னையறிந்தறிவால்
உய்த்துணைத்தான் பாராமலுய்வாரே பூரணமே

என்று சொல்லலானார் பட்டினத்தார்.

நானதுவாய் நிற்கு வண்ணம்—வெண்ணிலாவே ஒரு
ஞானநெறி சொல்லு கண்டாய்—வெண்ணிலாவே
ஞானமாய் விளங்கும் வெண்ணிலாவே—என்னை
நானறியச் சொல்லு கண்டாய் வெண்ணிலாவே

என்று இராமலிங்க வள்ளலாரும் சொல்வதைக் காண்க.

'தன்னையறியார் தலைவன் தனையறியார்
முன்னைபின் முடியறியார்—பின்னைக்
குருக்களென்றும் பேரிட்டுக் கொள்ளுவார்
தெருக்கடனிலே சிலர்'

என்று சிவபோகசாரம் கூறுவதும் காண்க.

வினைகள்

தன் சொருபத்தைத் தான் அறியாததற்குக் காரணம் அவன் செய்த ஊழ்வினையேயாகும்.

'இருவினைப் பகுதியாலே யெடுத்திந்த தேகந்தன்னை
மருவிய நாளுனென்று மாயையிலழிந்தாய் நீ தான்
குருவினற் குடுப்பைப் பார்த்துக் குண்டலி வழியே
சென்றங்
குருவினுனைக நாதருண்மையை யுணர்வாய் நெஞ்சே'

என்னும் நெஞ்சறி விளக்கத்தில் காணும் செய்யுளை நோக்கற்பாலது.

இவ்வாறு சீவன் பிராரத்த வினைகளாலும் ஆகாமிய மாகிய புதிய வினைகளாலும் இருவின் பிடிப்பில் இடர் படுகின்றது. இவ்வினைகள் சன்ம சன்மாந்திரங்களுக்குச் சீவனைத் தொடர்ந்து சென்று கொண்டிருக்கும். பிறவிக் கடல் பெருகுந்தன்மையுடையதாய் நிற்கும். இதை உயர்ந்த விவேகியானவன் பிராரத்த வினையைத் தேவகட்டளை என்று திருப்தியாய் அனுபவித்துக்கொண்டு ஆகாமியமாகிய புதிய வினைகளைச் செய்யாது இருப்பான். தத்துவஞானிகளோ எல்லா வினைகளையும் பிசைந்து நசுக்கிவிடுவர். "தன்னை யறிந்திடுந் தத்துவ ஞானிகள், முன்னை வினையின் முடிச்சை அவிழ்ப்பார்கள்; பின்னை வினையைப் பிடித்துப் பிசைவார்கள் சென்னியில் வைத்த சிவனருளாலே" என்ற திருமந்திரத்தையும் நோக்குக.

இவ்வினைகள் சிவ சிருட்டியல்ல. சீவ சிருட்டியேயாம். இவைகளுக்கு மூலமாயுள்ள சித்த விருத்திகள் பதினான்காவன. அவை விவரம்.

1.	காமம்	இச்சை, தன தானியாதிகளை மென்மேலும் தேடுந்தன்மை
2.	குரோதம்	சினம், பூசல்
3.	உலோபம்	ஈயாமை
4.	மோகம்	தான் தேடிய பொருள்மீதுள்ள அதிவிருப்பம்
5.	மதம்	செருக்கு, கருவம்

6.	மாற்சரியம்	பொறாமை
7.	இடும்பை	அவமதிப்பு, உதாசீனம்
8.	வேட்கை	பல திறத்த நசை என்னும் ஆசை
9.	ஈரிடை	நமக்குற்ற துன்பம் பிறருக்கும் வரவேண்டுமென்று என்னும் ஒருவகைப் பொறாமை
10.	தர்ப்பம்	தன்னையே உயர்த்திப் பேசும் இயல்பு
11.	இராகம்	பரதார கமன விருப்பம்
12.	துவேஷம்	பிறர் செய்த தீமை கருதி அது போன்றதை அவர்க்கு தானும் செய்யுந் தன்மை
13.	இடம்பம்	பிறர் கண்டு புகழுமாறு பொருந்தாதளிக்கும் தானம் முதலியன
14.	அகங்காரம்	தானென்னும் அகந்தை

இந்தப் பதினான்கும் நசித்தாற் பிறப்பிறப்பும் நசியும்.

வினைகளை நீக்கும் உபாயம்

பிறப்பிறப்பு நீங்க நான்கு வழிகளாக சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் உள்ளன எனச் சித்தர்கள் சுருங்கக் கூறினர். சரியை என்பது மன்னுயிரைத் தன்னுயிரைப் போலெண்ணுவது. குருமொழி தப்பாதிருப்பது கிரியை. அலையும் மனம் ஒடுங்குவதே யோகம். எப்போதும் தற்பரமாய் நின்றதுவே ஞானம் என்றும் விளக்கியுள்ளனர். முதல் மூன்றைப் பற்றியவன் ஞான மெய்துவன் எனக் கூறுகின்றனர். மற்றும் சில சித்தர்கள் சரியை என்பது தேடவேண்டுமென்று எண்ணுவது. கிரியை என்பது தேடுவது. யோகம் என்பது கிடைத்ததை எடுப்பது ஞானம் என்பது எடுத்ததை அனுபவிப்பதென்பர்.

"பலனை உத்தேசித்துச் செய்யும் சற்கருமங்களினால் அவைகளை அனுபவிக்க வேண்டி மீண்டும் பிறவியை அடைவோம். பாவம் செய்வார் அதனை மறைவாகச் செய்து அதன் பலனை அனுபவிப்பது போல சற்கரும புண்ணியஞ் செய்வார்களும் அதனை மறைவாகச் செய்தல் வேண்டும்." அவ்வாறன்றிப் புண்ணியத்தைப் புகழ்ந்து கூறிக் கொள்வாரேல் அதனை அழிப்பவராவர்.

ஒருவனுடைய சிவன் மறை பொருளாயிருப்பது போல, பாவ புண்ணியங்களும் மறை பொருளாயிருத்தலினால் மனிதர் மனம் போனபோக்கில் நடக்கின்றனர். தெய்வ முண்டென்று ஒருவன் உறுதி கொள்வானாயின் இரகசியமாகவும், எவ்வித பாப கிருத்தியத்தையும் செய்யான். ஒருவன் பாபம் செய்து மேன்மையாக உயிர் வாழ்வதைவிட இழி தொழிலாளர்க்கு ஊழியஞ் செய்து வாழ்தல் மிகவும் நன்று.

வைத்து மறந்துவிட்ட பொருளை நினைவாற்றலால் கண்டுபிடிப்பதன்றிக் கருமத்தாற் கண்டுபிடிப்பதில்லை. அதுபோல் அஞ்ஞானமாகிய இருளைப் பரமான்மாவின் சிந்தனையாலே அகற்றி ஞானத்தை அடைதல் வேண்டும். இப்படிப்பட்ட ஞானி தன் முற்பிறப்புகளை எல்லாம் அறிதல் கூடும். இஞ்ஞானம் கருமத்தாற், கூடுவதன்று. புத்தருக்கு ஞானோதயம் கிடைத்தவுடன் தன்னுடைய ஐந்நூறு முற்பிறப்புகளை கண்டாரென்பது மரபு. இவ்விதச் சித்தியைக் கருமத்தாற் பெற இயலாது.

நிட்காம கருமங்களும் முத்திக்குச் சாதனங்களாம். இவற்றுள் சிவபூசை செய்வதைக் காட்டிலும் அணுவுக்கணுவாய் ஈசுவரன் வசித்திருக்கும் பசிப்பிணி, உடற்பிணியால் வருந்தும் வெற்றருக்கும் ஏழையர்க்கும் சேவை செய்வதே உயர்ந்த சாதனையாகும் என்பது சித்தர் கண்ட செந்நெறியாகும்.

சித்தர்கள் வாசம்

தென்னாட்டில் சித்தர்கள் என்றால் பதினெண் சித்தர்கள் என்றே அறிவர். சிலர் 21 சித்தர்கள் என்பர். சிதம்பரம் நடராஜர் கோவிலில் ஆயிரம் கால் மண்டபத்தில் 21 சித்தர்களின் தலங்களை அழகாகச் சித்தரித்துள்ளனர்.

சித்தர்கள் தென்னாட்டில் மாத்திரமின்றி எல்லா நாடுகளிலும் உள்ளனர். நவநாத சித்தர்களென்றும், அந்த நவநாத சித்தர்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு கோடி சீடர்கள் உண்டென்றும் ஆக நவகோடி சித்தர்கள் உள்ளனரென்பதும் மரபு.

'ஆடையிலே விண்ணுக்குட் சித்தர் கோடி
யந்தந்த மலைகளினால் தாக்க கோடி
உடையிலே யண்டத்தில் முனிவர் கோடி
உற்று நின்ற பதமளவும் ரிஷிகள் கோடி'

என்று சட்டை முனி சொல்வதைக் காண்க. சித்தர் மரபைச் சார்ந்தவர்கள் பலர் கடலினுள்ளும், மலைகளிலும், குகைகளிலும், பூமியினுள்ளும், காடுகளிலும், நாடுகளிலும் சஞ்சரித்து வருகின்றனர் என்பதை மேலே பார்த்தோம். தண்ணீருக்குள்ளே எப்படி மனிதன் வாழ முடியுமென்ற அசங்கை நமக்குத் தோன்றலாம். அது சித்தர்களுக்கே முடியும். பஞ்சபூதங்களைத் தன் வயப்படுத்தியவர்கள் சித்தர்கள். நெருப்பின் மத்தியிலும் இருப்பர். அவர்களை நெருப்புச் சுடாது. அதேபோல அவர்களுக்குக் காற்றும் அவசியமில்லை. தண்ணீர் அருந்தாமலும், காற்றைப் புசிக்காமலும் இருந்த ஒரு சாதுவை என் வீட்டிலேயே நான் 45 நாட்கள் வைத்திருந்தேன்.

திருநெல்வேலி மாவட்டத்துச் சங்கரன்கோவில் தாலுக்காவில் பாம்பன் கோவில் சந்தை என்ற ஒரு கிராமமுண்டு. அக் கிராமத்திலிருந்து ஒரு மைல் தூரத்தில் வெள்ளைப் பிள்ளையார் கோயில் என்று ஒன்றுள்ளது. அக் கோயிலின் வடபாரிசத்தில் 15 அடிக்குள் ஒரு மகான்

1964-ஆம் ஆண்டில் சிவ சமாதியடைந்தார். அச்சமயம் நான் மாவட்ட நீதிபதியாகத் திருநெல்வேலியில் பணியாற்றி வந்தேன். அக்கோயிலுக்குப் பூசை செய்துவருபவர் ஒரு தெலுங்கு பிராமணர். ஒருநாள் மாலை அக் கோயிலினருகே கம்பீரமான உடல் பொருந்திய ஒரு சாது அக்கோயிலுக்கு வந்து, அந்தப் பிராமணப் பூசாரியிடம் சென்று தான் மறுநாள் சமாதி அடையவேண்டுமென்றும், கோயில் பக்கம் ஆறடி பூமியில் ஒரு பள்ளம் தோண்டித்தர முடியுமா என்றும் வினவினார். அந்த பூசாரி இந்தச் சாதுவின் உடல் வன்மையைப் பார்த்து இவராவது சமாதியாவதாவது. இது ஏதோ மோசம் என்று நினைத்துச் சிரித்தாராம். ஆனால் சாது அவரை அதோடு விடவில்லை.

அப் பூசாரியை உட்காரவைத்து, அப் பூசாரியின் மூன்று பரம்பரையில் தோன்றியவர்களுடைய சிறிய சரித்திரத்தை ஆதியோடந்தமாகச் சொல்லி முடித்தார். அதைக் கேட்ட அப் பூசாரி அம் மகானின் திருவடிகளுக்கு வணக்கம்செய்து உடனடியாகக் குழிவெட்டித் தயார் செய்துவிட்டார்.

மறுநாள் காலை 8 மணி. யாரோ சாமியார் சமாதியடையப் போகிறாரென்ற வதந்தி சுற்று வட்டாரங்களில் பரவியது. ஏராளமான மக்கள் கூடினர். சாது குழியில் இறங்கிப் பத்மாசனமிட்டு அமர்ந்தார். 'ஓம்' என்ற ஒரு பெரிய நாதம் கிளம்பிற்று. அதனுடன் தீச்சுவாலை 30 அடி அளவுக்குச் சுற்றிலும் வீச ஆரம்பித்தது. யாரும் அருகே போக முடியவில்லை. 15 நிமிடங்கள் அப்படிக் கழிந்தன. நாதம் அடங்கியது. ஜுவாலையும் குளிர்ந்தது. சாது உட்கார்ந்த நிலையிலேயே இருந்தார். அவர் முன்னால் குறிப்பிட்டபடி குழியில் மண்போட்டு மூடிவிட்டனர். இந்தச் சம்பவம் நடந்த 20-ஆம் நாள் நான் அங்கு சென்று நுணுக்கமாக விசாரித்து நடந்த உண்மையைக் கேட்டு ஆனந்தமடைந்தேன். இப்பொழுது அவ்விடத்தில் ஓர் சிறிய சமாதிக் கட்டிடமும் கட்டியுள்ளனர். சமாதி அடைந்த 48-ஆம் நாள் அக் கட்டிடம் கட்ட அடிவாரம்

போட மண்ணைத் தோண்டினர். அச்சமயம் தெரியாமல் அம் மகானின் இடது தோள் பக்கம் மண்ணை எடுத்துவிட்டார்கள். அப்பொழுது இடது தோள் நல்ல நிலைமையில் இருப்பதைக் கண்டனர்.

இன்றும் மக்கள் திரள் திரளாகச் சென்று அம் மகானின் அருளைப் பெற்று நலமடைகின்றனர். உலகமெல்லாம் வெள்ளம் புரண்டாலும் அந்தப் பகுதிகளில் மழை பெய்யாது. அப்படிப்பட்ட இடம் இன்று தண்ணீர்ச் செழிப்புடன் விளங்குகிறது.

இங்கு இந்நிகழ்ச்சியைக் குறிப்பிடுவதன் நோக்கம் சித்தர்கள் பூமியினுள்ளும் வாழ்கின்றனர். வால்மீகி முனிவர்மேல் பாம்புப் புற்று வளர்ந்து அதனுள் அவர் பல வருடங்கள் இருந்தாரென்றும் நாம் படித்திருக்கிறோம். அது அவர்களால் முடியுமென்பதை காட்டுவதற்கேயாம். பஞ்சபூதங்களைத் தன் வயப்படுத்தியவர்கள் சித்தர்கள் என்பதை முன்னரே குறிப்பிட்டுள்ளோம்.

இப்படிப் பல இடங்களில் பஞ்சபூதங்களை வென்ற மகான்கள் பலர் இருக்கின்றனர். கன்னியாகுமரி கோயிலின் பின் கடலின் ஓரமாய் ஓர் அம்மையார் இன்றும் உலாவிக் கொண்டுள்ளார். இரவும் பகலும் தனித்து வாழ்கின்றார். அவருக்குத் துணை 5, 6 நாய்கள்தான். அவர்களின் பிரபுத்துவத்தையும் இறைநிலையையும் ஏட்டில் எழுத முடியாது. நேரில் அவர்களை தரிசித்துப் பயன் பெறுவதே சிறப்பாகும். அவ்வம்மையும் கடல் கொந்தளிப்பிலும் குமுறலிலும்கூடத் தரையில் நடந்து செல்வது போல் கடலில் இறங்கி நடந்து போவார். பஞ்சபூதங்களைத் தன் வயப்படுத்தும் வல்லமை சித்தர்களுக்கு உண்டு என்பதற்கு இது ஒரு சுவையான சான்று. சித்தர்கள் ஆகாய மார்க்கத்திலும், உலாவிக் கொண்டுள்ளனர். அவர்கள் பலநிறமுள்ள விமானங்களில் போவதை நம் மக்கள் பார்த்தும் இருக்கின்றனர். இதை 'Flying saucers' என்று சொல்லி முடித்துவிடுகின்றனர் நம் உலகோர்.

போகர் 1000 நபர்கள் ஏறிச்செல்லும் விமானத்தை செய்து அத்தனை பேர்களையும் மெக்காவிலிருந்து சைன நாட்டிற்குக் கொண்டுபோனதாக சித்தர்கள் பழம்பெரும் ஏடுகளில் காணப்படுகிறது. சித்தர்கள் பஞ்சேந்திரியங்களைப் பற்றியும், பிராணயாமத்தைப் பற்றியும் என்ன கருத்தைத் தெரிவித்துள்ளனரென்பதை ஆராய்வோம்.

பஞ்சேந்திரியங்களை அடக்குதல்

பஞ்சேந்திரியங்களை அடக்கினால்தான் முத்தியடைய முடியுமென சமயவாதிகள் சொல்லுவது முற்றிலும் முரண்பாடான தத்துவமென சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். பஞ்சேந்திரியங்களை அடக்கினால் அவன் பிணத்துக்குச் சமமானவனெனச் சொல்கின்றார் திருமூலர். அந்த நிலைமையை அசேதனம் என்கின்றார்.

அஞ்சும் அடக்கடக் கென்பர் அறிவிலார்
அஞ்சும் அடக்கும் அமரரும் அங்கில்லை
அஞ்சும் அடக்கில் அசேதனமாம் என்றிட்டு
அஞ்சும் அடக்கா அறிவறிந்தேனே

என்னும் திருமூலரின் செய்யுளும் ஈண்டுக் கவனிக்கற்பாலது.

'பார்தனிலே அறுபத்துநாலு யோகம்
ஆறப்பாயிருக்குதென்று வெவ்வேறாக
அலைந்தலைந்து கெட்டார்களனந்தகோடி'

என்கிறார் காகபுசண்டர். மற்றும் சிலர் நாக்கின் கீழுள்ள நரம்பை வெட்டி வெட்டி அந் நாக்கின் நுனியினால் சுவாச துவாரங்களை அடைப்பது ஒரு சாதனமெனத் தவறாக நினைத்து நாக்கை வீணாய் பழுதுபடுத்திக்கொள்வர். நான் அவ்விதம் செய்துகொண்ட ஒரு சாதுவை சந்தித்ததுண்டு; மிக மிக வருந்தியதும் உண்டு. இப்படி சிலர் செய்து கொள்வதற்கு ஏதாவது ஆதாரமுண்டாவெனப் பல நூல்களில் ஆராய்ந்தேன். முடிவில் வெற்றி பெற்றேன். காகபுசண்டர் பதில் சொல்லியுள்ளார்.

'பாரப்பா நாக்கையுந்தான் அண்ணாக்கேத்திப்
பார்தனிலே பார்த்தவர்க்கு பலிதமில்லை
ஆரப்பா கண் வெடித்து தேகம் போகும்
அடயோக மென்பார்க ளாகாதப்பா'

என்று காகபுசண்டர் சொல்வதையுங் கவனிக்கற்பாலது.

இந்திரியங்களை நம் முயற்சியினால் அடக்க முடியுமா? என்பது மற்றொரு கேள்வி. அது முடியாததாம் என்றே பெரியோரும் கூறுவர். அருளை நாடி நிற்பதே அதற்குத் தக்க வழியாகும்.

காகமானது கோடி கூடி நின்றாலுமொரு
கல்லின்முன் எதிர் நிற்குமோ?
கர்மமானது கோடிமுன்னே செய்தாலும் நின்
கருணைப்ரவாக அருளைத்
தாகமாய் நாடினரைப் பாதிக்க வல்லவோ?
தமியனேற்கு அருட்டாகமோ (அருள் தாகமோ)
சற்றும் இலை...

என்னும் தாயுமானவர் மெய்ம்மொழியைக் கருத்தில் அமையச் செய்யவேண்டும். அவனுடைய கருணைப் பிரவாகத்தை எதிர்நோக்கியிருப்பதே நல்வழியாகும். இந்தக் கருணையை உண்மையுடன் எதிர்நோக்கி இருப்பவரிடமிருந்து முன் சொன்ன 14 சித்த விருத்திகளும் ஒவ்வொன்றாய் உதிர்ந்துவிடும். ஆனால் நாமோ சாதாரணமாய் செய்யும் சாதனையையே பெருத்த சாதனை என்று திருப்தியடைந்து பெருநிலை பிடித்தொழுகாது வழுவுகிறோம்.

பிராணயாமம்

பிராணயாமம் செய்வது முக்திக்குச் சாதகமெனச் சிலர் நினைக்கின்றனர். சுவாசத்தை வலம், இடம் இழுக்கின்றனர். பிறகு அதை அடைத்து கும்பகம் செய்கின்றனர். மற்றும் சிலர் ஆசனப் பயிற்சி செய்வதே யோகப்

பயிற்சியில் ஒன்றுருமொன நினைக்கின்றனர். இந்தப் பழக்கங் களினுல் பிராணனே மலேக்கேறிவிடும் என்றும், பராபரத்தை அடையும் மார்க்கங்களில் இவை போன்ற சாதனங்களுக்கு இடமில்லே என்றும் சித்தர்கள் சொல்லலாயினர்.

சாதாரணமாய் மனிதர்களுக்கு 21,600 சுவாசங்கள் நடக்கும் என்றும் அக் கணக்கின்படி நடந்தால் மனிதன் 120 வருஷங்கள் சீவித்திருப்பானென்றும் சொல்லப்படு கிறது. ஆனல் மனிதர்கள் 21,600 சுவாசங்களுக்குமேல் விடுகிருர்கள். அந்த சுவாசம் 12 அங்குலங்கள் வெளியே போகிறதென்றும், 8 அங்குலங்கள்தான் உள்ளே செல்கிற தென்றும், 4 அங்குலம் வீணுகிவிடுவதால் ஆயுள் குறைந்து விடுகிறதென்றும் சொல்வர். இதுவல்லாமல், நடக்கும் போது 24 அங்குலமும், ஓடும்போது 42 அங்குலமும், பெண் போகம் செய்யும்போதும், தூங்கும்போதும் 50-60 அங்குல மும் போகும். சாப்பிடும்போதும் வாந்தியாகும்போதும் 18 அங்குலங்கள் போகிறதென்றும் சொல்லப்படுகிறது. இதனுல் ஆயுள் இந்த 120 வயதுக்கும் குறைவு நேரிடு கின்றது.

இந்த சுவாசங்களேப் பலாத்காரமாய் அடைப்பதும் குறைப்பதும் கூடாதென்பதாம். ஒன்றில் இழுத்து மற்ருென்றில் விடுவதென்பது வஞ்சகமென்று திருமூலர் சொல்கிருர். (மூன்றும் தந்திரம்-568 செய்யுள் பார்க்க) மனிதனுக்கு இந்த மார்க்கத்தில் சுயபுத்தி போதாது. வாசியோகமெனப் பலர் கீழும் மேலும் மூச்சை இழுத்து இழுத்து இறந்துபோவர். ஆகையால் அனுபவமுதிர்ந்த யோகிகளின் அறிவுரையை நாடவேண்டும். அவர்கள் கற்பிக்கும் சிவயோகம் செய்யுங்கால் இந்தக் கலேகளாகிய சுவாசங்கள் தானுகவே ஒருமுகப்பட்டு படிப்படியாக வீணுகும். சுவாசங்கள் குறைந்து போகும். அப்படிக் குறையும், சுவாசங்களினுல் ஏற்படும் பலன்கள் கீழ்க்கண்ட வாறு சொல்லப்படுகிறது.

இந்த 12 அங்குலங்களுள் ஓர் அங்குலம் குறைந்தால் இவ்வுலகத் திசையில் நின்று சுவாதீனப்படுவான். இரண்டங்குலம் குறைந்தால் மனம் ஆனந்தமடைந்து ஞான செல்வமுண்டாகும். மூன்று அங்குலம் குறைந்தால் விவேகியாவான். 4, 5 அங்குலங்கள் குறைந்தால் தூர தேசத்தில் நடக்கும் நடவடிக்கை சொல்லும் சக்திவாயு வான். 6 அங்குலம் குறைந்தால் ஆகாயத்திலுள்ள சர்வமும் கண்டுணர்வான். 7 அங்குலம் குறைந்தால் சரீரம் காயசித்தி பெறுவான். 8. அங்குலம் குறைந்தால் அணிமாசித்தி அடைவான். 9 அங்குலம் குறைந்தால் நவகண்டங்களில் சஞ்சரிக்கும் வல்லமை பெறுவான். 10 அங்குலம் குறைந்தால் ஒரு தேகத்தை விட்டு மற்ருெரு தேகத்தில் (கூடுவிட்டுக் கூடு பாய்தல்) பிரவேசிக்கும் சக்தி யுடையவனுவான். 11 அங்குலம் குறைந்தால் தனது ஆன்மாவைக் கண்டு வசனிப்பான். 12 அங்குலம் குறைந்தால் சுவாசமானது. உதித்த இடத்திலே சுழன்று கொண்டிருப்பதனுல் அந்த பரமயோகி நெடுங்காலம் அன்னபானுதிகளே நீக்கி அவாவற்றிருப்பான்.

மேற்சொன்னவைகளுக்கு சிவயோக சாரத்தில் ஆதாரம் காண்க. திருமூலர் வாக்கும் இங்குக் குறிப்பிடத் தக்கது.

ஏற்றி இறக்கி இருகாலும் பூரிக்குங்
காற்றைப்பிடிக்குங் கணக்கறிவாரில்லே
காற்றைக் பிடிக்குங் கணக்கறிவார்க்குக்
கூற்றையுதைக்குங் குறியதுவாமே.

என்றதால் இந்த 12 அங்குலம் வீணுகாதவண்ணம் ஒருவன் தடுக்க அறிந்தால் அவன் கூற்றுவனே வென்றவனுவான் என்பதாம்.

நாசிக்க தோமுகம் பன்னிரண்டங்குலம்
நீ சித்தம் வைத்து நினையவும் வல்லையேல்

மாசித்தமா யோகம்வந்து தலைப்பெய்தும்
தேகத்துக்கென்றும் சிதைவில்லையாமே.

என்னும் திருமந்திரத்தையுங் காண்க.

மற்றும் திருமூலர் இந்தக் காற்றைப் பிடிக்கும் உபாயம் அடயோகத்தால் அல்லவென்று விளக்கமாய்க் கூறியுள்ளார்.

'எண்ணுயிரத்தாண்டு யோகம் இருக்கினும்
கண்ணுரமுதனைக் கண்டறிவா ரில்லை'

என்பதையும் காண்க.

ஆகவே நாம் மெய்ப்பொருள் காட்டும் பெரியோர் வருகைக்குக் காத்திருந்து நல்வழிப் பின்பற்றுவதே தகுந்த வழி என அறிதல் வேண்டும்.

பஞ்ச பூதம்

நிலம், நீர், தீ, வெளி, காற்று என்னும் ஐம்பெரும் பூதங்களையும் சித்தர்கள் தம் வயப்படுத்தியவர்கள் என்பதை அறியும்போது அந்தப் பஞ்சப்பூத சக்திகளுக்கு உரிய அதிதேவதைகளையும் உடம்பில் அவைகளின் பொருளாக விளங்கும் உறுப்புக்களையும் ஐம்பூதங்களை இடுகுறியாக அழைக்கும் அட்சரங்களையும் அறிவது சண்டுப் பொருத்தமாகும்.

பிருதிவி—பிரம்மா—சரீரம்—நகாரம்
அப்பு—விஷ்ணு—வாய்—மகாரம்
அக்கினி—உருத்திரன்—கண்—சிகாரம்
வாயு—மகேசன்—மூக்கு—வகாரம்
ஆகாயம்—யகாரம்.

தூலதேக பஞ்சீகரணமாவது.

பிருதிவி—அஸ்தி—மாமிசம், தோல், நரம்பு, உரோமம்
அப்பு—வாய்நீர், மூத்திரம், வியர்வை, இரத்தம், சுக்கிலம்

அக்கினி—பசி, தாகம், நித்திரை, சோம்மல், சங்கமம்
வாயு—படுத்தல், நடத்தல், கிடத்தல், ஓடல், தாண்டல்
ஆகாயம்—இராகம், துவேஷம், பயம், லச்சை, மோகம்

தசதீட்சை

இந்தப் பஞ்ச பூதங்களுக்கும் அப்பாற்பட்ட ஞானியினுடைய தேகம் சித்தியடையும் காலத்தில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளைத் தசதீட்சை என்று சொல்வர். இந்த தீட்சை, முன்குறிப்பிட்ட அமுதமென்ற சிவநீரைப் பருகுவதால் உண்டாகக்கூடியது.

'வாஞெண்டிப் போகுமடா பசிதான் தீரும்
தேனென்ற சட்டைகளும் கழன்று போகும்
தேவனுக்குந் தேவனுயிருக்கலாமே'

என்று காகபுசண்டர் சொல்வதைக் கவனிக்கற்பாலது. இந்த தசதீட்சை முறையே கீழ்க்கண்டவாறு.

1. முதல் தீட்சையில் உரோம துவாரங்கள் வழியாகக் கெட்ட நீர்கள் வியர்வையாகக் கழியும்.
2. முத்தோஷமாகிய வாத, பித்த, சிலேத்தும தோஷங்கள் நீங்கும்.
3. பழைய கெட்ட உதிரங்கள் கசியும்.
4. பாம்பு தோலுரிப்பதுபோல் சரீரத்தில் தோல் உரியும்.
5. சட்டை கழன்று தேகம் சிவந்த நிறமாகும்.
6. சட்டை கழன்று சுழிமுனை வாசல் திறந்து தூர திருஷ்டி தெரியும்.
7. சட்டை வெளுப்பாகக் கழன்று தேகம் தீபம் போல் ஒளிவிடும்.
8. சடலத்தை உயரத் தூக்கும், லகிறியாகும் கூடு விட்டுக் கூடு பாயும்.

9. தேகம் சூரியப் பிரகாசமாய் விளங்கி அட்டமா சித்தி பெற்றுக் கைலாய தேகமாகும்.

10. தேகம் தீபம் போலப் பிரகாசிக்கும். தேகத்தை வெட்டக் கத்தியோடும், சொரூபசித்தியாம். அண்டத்தில் மௌனம், நரை, திரை, மூப்பு, பிணி, மரணம் கிடையாது.

இந்த தேகத்தை ஐந்து கட்டங்களாகத் தவயோகிகள் பிரித்துள்ளனர்.

1. இருள் தேகம், 2. மருள் தேகம், 3. சுத்த தேகம், 4. பிரணவ தேகம், 5. ஞானதேகம் என்பதாம்.

1. இருள்தேகம் — தூல தேகத்தில் அபானத்தில் மலக் குற்றம், நாவில் நாடிக்குற்றம், கண்டத்தில் கபக்குற்றம், மேல் மூலத்தில் திரைக்குற்றம், மனதில் ஆணவமலம் பொருந்தி நானென்னும் அஞ்ஞானக் குற்றம் உடையது.

2. மருள்தேகம் — இது மாயா சம்பந்தமாய்த் தனக்கு வருவது தெரியாமல் அகங்காரங் கொள்வது.

3. சுத்ததேகம் — கருவி கரணாதிகள் இறந்து அறிவு அருள் வடிவாய்ப் பார்வைக்குத் தேகம் தோன்றும்.

4. பிரணவதேகம்— தேகம் தோற்றத்திற்குப் புலப் படாது. நிழல் சாயையும் கிடையாது.

5. ஞானதேகம் — கண்ணிற்குத் தோன்றாது. அறிவிற்குப் புலப்படும். ஞானிகள் அறியக்கூடும்.

மந்திரங்கள்

இருள் தேகத்திலிருந்து ஞான தேகத்தை அடைவதற்கும் பலவிதமான மார்க்கங்களைச் சித்தர்கள் சொல்லவில்லை. உலக ரீதியில் மக்கள் ஆண்டவனை அடைவதற்குப் பற்பல வழிகள் உண்டென்றும், பல நதிகள் எல்லாம் ஒரே கடலில் போய் எப்படிக் கலந்துவிடுகின்றனவோ, அதுபோல் எல்லா மார்க்கங்களும் ஆண்டவனை அடையும் மார்க்கமே தான் என்று சொல்வதைச் சித்தர்கள் முழுமையும் ஒப்புக் கொள்வதில்லை என்று தோன்றுகிறது. ஒவ்வொரு சமயத்தவரும் சில குறிப்பிட்ட மந்திரங்களை வகுத்துக் கொண்டுள்ளனர். உதாரணமாக, 'ஓம் நமசிவாய 'ஓம் சரவணபவ, ஓம் முருகா' என்று சில மந்திரங்களைச் சைவர்களும், 'ஓம் நமோ நாராயணாய, ஓம் நமோ வாசுதேவாய, ஓம் கோவிந்தாய நம என்று சில மந்திரங்களை வைணவர்களும் ஓதுகின்றனர். மந்திரங்களை உச்சாடனம் செய்வதால் பராபரத்தை அடையலாம் என்று சமயப் பெருமக்களில் சிலர் கருதுகின்றனர்' மந்திரங்களுக்கு அப்பாற்பட்டவனை மந்திரங்களால் வந்திப்பதென்பது அசம்பாவிதமல்லவா? அவன் மந்திரமாகவும், மருந்தாகவும் இருக்கின்றான். அவன் எல்லா மதமாகவும் இருக்கின்றான். ஆனால் மந்திரங்களால் கடவுளை அறிவதென்பது சாத்தியமானதன்று. மந்திரம் அடியுமல்ல, நடுவுமல்ல முடிவுமல்ல என்பது சித்தர்கள் கூற்று.

சைவ சித்தாந்தத்திற்கே எடுத்துக்காட்டாக விளங்கும் நூல்களில் ஒன்று திருமூலர் திருமந்திரம். இத் திருமந்திரத்தில் 'மந்திரம்' என்னும் அதிகாரத்தின்கீழ் திருமூலர் ஒரு செய்யுளும் மந்திரத்தைப்பற்றி இயற்றியதாகத் தெரியவில்லை. மந்திரமாவது யாது? அதையெப்படி பயன்படுத்த வேண்டும்? மந்திரங்கள் செபிப்பதால் என்ன பயனைப் பெறமுடியுமென்னும் கேள்விகள் யாருக்கும் உண்டாகக் கூடியதல்லவா? அப்படியிருக்க திருமூலர் ஏன் இவைகளைப் பற்றி தன் நூலில் குறிப்பிடவில்லையென்னும் சிந்தனையை

யெழுப்பக் கூடியதாயுள்ளது. அவர் நூலுக்கு திருமந்திர மென்று பெயரிட்டது யார்? அவரே அப் பெயரிட்டிருப்பின் மந்திரங்களைப்பற்றி ஒரு குறிப்புமில்லாததற்குக் காரண மென்னவென்பதை எல்லோரும் சிந்திக்கவேண்டிய ஒரு விஷயமாயுள்ளது.

உதாரணமாக ஓம் நமசிவாய என்னும் மந்திரத்தின் உட்பொருள் என்ன என்பதைப் பெரியோர்கள் அறிவித்தபடி கீழே குறிப்பிட்டுள்ளோம். ஓம் நமசிவாய என்னும் அட்சரங்கள் ஓர் இடுகுறிப் பெயராயும் ஓர் தத்துவத்தைக் குறிப்பதாகவும் புலப்படுகிறது.

பஞ்ச பூதங்கள்

சரீரம்	நகாரம்	ந
வாய்	மகாரம்	ம
கண்கள்	சிகாரம்	சி
மூக்கு	வகாரம்	வ
காதுகள்	யகாரம்	ய

"ஓம்" (பிரணவம்) இருக்குமிடம் உச்சி என்பதாம்.

பஞ்சபூத சக்திகளையே நகாரம், மகாரம், சிகாரம், வகாரம், யகாரம் என்றும், பிரணவத்தை ஓங்காரமென்றும் குறிப்புக்காக அழைக்கலாயினர்.

தாயுமானவர், பட்டினத்தார், திருவள்ளுவர், சிவவாக்கியர், அகத்தியர் முதலிய பெரியோர்களெல்லாம் பராபரம் மந்திரங்களுக்கு அப்பாற்பட்டதென்றும், மந்திரங்களாலும் தந்திரங்களாலும் ஆண்டவனைத் தன்வயப் படுத்த முடியாதென்றும் பறை சாற்றியுள்ளனர். மந்திரங்களையே தெய்வ வழிபாடாகப் பழகி வந்த நாம் மந்திரங்களினால் பராபரத்தை அடைய முடியாதென்று சொல்லும் போது பரட்சிகரமாகத் தோன்றக்கூடும். அது சிலருக்கு

மனக்கசப்பைத் தருவதும் இயல்பு. ஆயினும் சித்தர்கள் ஆகிய தபோதனர்களின் கருத்தை நாம் இங்கு குறிப்பிட வேண்டியது கடமையாகும். அலையும் மனதை ஒருமுகப் படுத்துவதற்கு மந்திரங்கள் ஒரு சாதனமேயாம். மந்திரங்களால் மரத்திலிருந்து மாங்காய் விழும்படி செய்யலாம், உடலில் ஏறிய விஷயத்தை இறக்கலாம். கரடி, வெம்புலி வாயையும் கட்டலாம். தேவர்களை வசியப்படுத்தலாம். சக்கரங்களை வைத்துக்கொண்டு உச்சாடனம் செய்து பிறருக்கு தீங்கும் செய்யலாம். ஆனால் அதனை மாத்திரம் கொண்டு அறிவை அறிவது அசாத்தியம் என்பது தபோதனர்களுடைய கருத்து.

இந்தப் பஞ்சபூத சக்திகள் அன்றி அறிவு என்னும் சிவனை அடைதல் அரிது. "ஆதியாய் நின்ற அறிவு முதலெழுத்து ஓதிய நூலின் பயன்" என்ற ஒளவைத் திருக்குறளால் நூல்களை ஓதிய பயன் ஆதியான அறிவை அடைவதுதான் என்பது புலப்படும். "கற்றதனால் ஆய பயனென்கொல், வாலறிவன் நற்றாள் தொழாஅர் எனின்" என்பார் திருவள்ளுவரும். நினைத்தபோது தோன்றியும் நினையாதபோது தோன்றுமலும் இறைவன் இருக்கப்பெறும் நிலை, மேலான ஞான நிலையன்று. அது பாவனை நிலை. அந்நிலைக்கு அப்பாற்பட்டவர் கடவுள் என்றறிக, என்று 14 சைவ சாத்திரங்களில் ஒன்றான திருவுந்தியாரில் சொல்லப்படுகிறது. அந்த அறிவிற்கு ஆதாரம் பஞ்சபூத சக்திகள். "நமசிவய" என்பதின் தத்துவத்தை புரிந்து கொள்ள இயலாதவர்கள் இருளாகிய மாயா மலத்தை நீக்குபவரென்று சொல்லும் குருவை பணிந்து அவரால் அருள் பெறுவதுதான் வழி. வாசா ஞானத்தைப் பேசும் குருமார்களை அண்டுதல் கூடாது. அபரவித்தை என்னும் ஸ்திரீகளோடு செய்யும் வாம வித்தையைப் பயிலும் குருமார்களும் பரவித்தை என்னும் ஆத்ம வித்தையைப் பயிலும் குருமார்களுக்கும் பேதம் அறிந்து, ஆத்ம வித்தையைப் பயின்ற ஆசாரியனை (ஆ-சிவம், சாரியன்-சார்ந்திருப்

பவன்) அண்டிப் பிழைத்தலே இருளைப் போக்கிக் கொள்ளும் வழி. இப்படிப்பட்ட ஆசாரியர் மூலை முடுக்குகளில் யாரும் அறியாமல் பித்தர்களைப்போல் நடமாடிக் கொண்டிருப்பர். செயலற்ற பிணம்போலுமிருப்பர் என்றும் முன்னர் கூறியுள்ளோம்.

தபோதனர்கள் மந்திரங்களின் சக்திகள் எந்த அளவுக்கு பயன்படுமென்பதை கூறியுள்ளனர். அதைக் கீழே சில செய்யுட்களைக் கொண்டு விளக்கற்பாலது.

மந்திரத்தை உன்னி மயங்கித் தடுமாறி
விந்துருகி நாதமாம் மேல் ஒளியைக் காணுமல்
அந்தரத்தே கோல் எறிந்த
அந்தகன் போல ஆனேனே

என்கிறார் பட்டினத்தார்.

வேதாந்த வேதமெல்லாம் விட்டொழித்தே
நிட்டையில் ஏகாந்தமாக இருப்பதினி எக்காலம்

என்கிறார் பத்திரகிரியார்.

இவர்கள் சொல்வதிலிருந்து மந்திரங்களும், வெறும் சுவடிகளும் பாரபரத்தை அடையும் மார்க்கத்தைக் காட்டக்கூடியன அல்ல என்பது புலனாகிறது. வேதங்கள், சாத்திரங்கள் எல்லாம் கடவுள் ஒருவர் உண்டென்பதை நிச்சயப்படுத்த வந்தன. ஆனால் அவைகளே கடவுளைக் காட்ட வல்லமையற்றதென்பதை அறிதல் வேண்டும். இதையே சிவவாக்கியர்.

சாம நாலு வேதமும், சகல சாத்திரங்களும்
சேமமாக ஓதினும் சிவனை நீர் அறிகிலீர்

என்றார்.

மற்றும் பஞ்சாட்சர மந்திரத்தைப் பற்றி அவர் என்ன சொல்கிறார் என்பதையும் நாம் நன்றிக் கவனிக்கத் தக்கது.

"அஞ்செழுத்தும் மூன்றெழுத்தும்
என்றுரைக்கும் அன்பர்காள்
அஞ்செழுத்தும் மூன்றெழுத்தும்
அல்ல காணும் அப்பொருள்"

ஆகவே அஞ்செழுத்தும் மூன்றெழுத்தும் அப்பொருளல்ல என்பதைக் குறிப்பாகக் காட்டியுள்ளார். மற்றும் அவர்,

மந்திரங்கள் கற்று நீர்
மயங்குகின்ற மாந்தரே
மந்திரங்கள் கற்ற நீர்
மரித்தபோது சொல்வீரோ
மந்திரங்கள் உம்முளே
மதித்த நீரும் உம்முளே
மந்திரங்கள் ஆவது
மனத்தின் ஐந்து எழுத்துமே

என்று சொல்கிறார்.

இந்த பஞ்சாட்சரமென்ன வென்பதை திருமூலர் சொல்லுகின்றார்.

"பார்ப்பானகத்திற் பாற்பசுவைந்துண்டு
மேய்ப்பாருமின்றி வெறித்துத்திரிவன
மேய்ப்பாருமுண்டாய் வெறியுமடங்கினால்
பார்ப்பான் பசுவைந்தும் பாலாச் சொரியுமே"

இவ்விடங்களில் பசு ஐந்து என்பது பஞ்சபூத சக்திகளால் இயங்கும் பஞ்சஞான இந்திரங்களேயாகும் என்பதை அறிதல் வேண்டும்.

அட்சரங்களை, ஏகாட்சரம், திரியாட்சரம், பஞ்சாட்சரம், சடாட்சரம், அஷ்டாட்சரம் எனச் சொல்வர். பஞ்சாட்சரத்தையே பகிர்ந்து 51 அட்சரங்களென்பர். இந்த

அட்சரங்களெல்லாம் மனத்தோடு நின்றுவிடும். அட்சர மென்பது ஒன்றுதான். அதுதான் சரம். சரத்தைப் பார்ப்போன் பரம் பார்க்கக்கூடும் என்பதே. சரமென்பது இந்த இடத்தில் மூச்சையிழுக்கும் பழக்கமன்று. அறிவு விளங்குமிடமேயாம். தன்னைப் பார்ப்பானே பார்ப்பான். இந்த சரத்தைப் பார்க்கும் வித்தையை, சிவ யோகத்தை தகுந்த ஆசான் மூலம் பெறவேண்டும்.

சரத்தை அறிந்து பார்க்காதவன் கிருபணன். ஆகவே சரத்தைப் பார்ப்போனே பார்ப்பான் என்னும் பிராமணன்.

சிவானந்த போதத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ள செய்யுளும் இங்குக் குறிப்பிடத் தக்கது.

'வகையான வாசியது மனமும் கண்ணு—மயங்காதே
சிவாயமென்று புலம்பிடாதே—பகையாதே அட்சரங்கள்
அன்பத்தொன்றும்—பரிபாஷையாயுரைத்த நாமபேதம்
திகையாதே நாமமென்று பஞ்சரங்களென்றும்
செபியாதே அறிவு கெட்ட மானிடரைப்போல்
நகையாதே மானிடரை பல சாதியென்று
நம்பாதே நல்விழியின் காலைப்பாரே'

இங்கு காலைப் பாரேவென்பது சரம்; வாசி தாயுமானவர் இம்மந்திரத்தை எவ்வாறு மதிப்பிடுகிறார் என்பதையும் நோக்கவேண்டும்.

மந்திரத்தையுன்னி மயங்கா தெனக்கினியோர்
தந்திரத்தை வைக்கத் தகாதோ? பராபரமே.

என்கிறார்.

வேதாந்திகளால் கொண்டாடப் பெறுத மந்திரத்தை நினைந்து மயங்காமல் இனியொரு உபாயத்தைக் கற்பிக்கத் தகாதோவென்றார்.

'மந்திரத்திலாசை மறக்கேனே யென்குதே
சுந்தரத்திலாசை மறக்கேனே யென்குதே'

என்கிறார் பட்டினத்தார்.

மற்றும் பரத்தை நிச்சயிக்க காவியங்கள், புராணங்கள், இதிகாசங்கள், வேதங்கள் என்பன கணக்கற்று மலிந்து கிடக்கின்றன. பரத்தின் வாசனையை அறியாத சில புலவர்கள் அவைகளுக்கு மனம்போன போக்கிலெல்லாம் விருத்தியுரைகள் எழுதிக் குருடன் குருடனுக்கு வழி காட்டியதுபோல் மக்களைப் பிரமையிலேயே ஆழ்த்தி வைத்துள்ளனர். தாயுமானவர் வெகு அழகாக அதை,

சின்னஞ் சிறியோர்கள் செய்த மணற்
சோற்றையொக்கும்
மன்னுங் கலைஞான மார்க்கம்
பாரபரமே

என்றார். 'கலையுரைத்த கற்பனையே நிலையெனக் கொண்டாடும் கண்மூடிப் பழக்கம்' என்றும் வள்ளலார் கண்டிக்கக் காணலாம்.

மந்திரத்தை ஓதும்போது மனம் ஒரு நிலையில் நிற்காமல் போய்விடும் என்றும் சித்தர்கள் சொல்கின்றனர்.

'முத்தியடா மந்திரத்தை நினைக்கும்போது
மோசமடா மனந்தானும் ரெண்டாய்ப் போகும்.

என்கிறார் காகபுசுண்டர்.

உலக நலத்திற்காக சமைந்துள்ள சாத்திர ஞான நெறிகள் மிகவும் சிறிய குழந்தைகள் சமைத்த (உண்ணுவதற்கு உபயோகப்படாத) மணற் சோற்றை யொத்துப் பயனற்றவையாகும். அதாவது பரஞானத்தை அடையாமல் காலம் முழுவதும் அபரஞானத்திலேயே மூழ்கி கிடத்தல் கூடாதென்றும், அனுபவத்தை அடையத் தபோதனர்கள் அருளும் வேண்டும்.

நால்வகை தபோதனர்கள்

அப்படிப்பட்ட தபோதனர்கள் நான்கு வகையினராகக் கூறப்படுவர். அவர்கள் பிரம்மவித்து, பிரம்ம விதுர், பிரம்ம விதுர்யான், பிரம்ம விதுரிஷ்டி எனப்படுவர். அவருள் பிரம்மவித்து எனப்படுவர். தன்னைப் போல் மற்றவரை மேலேற்றப் பாடுபடுபவர். அதற்கென எவ்வித பலனையும் எதிர்பாரார். வாழ்வதோ சாதாரண மனிதனைப்போல், ஆனால் இலட்சியமோ மோனத்தில் இருக்கும். அதாவது சிவமோனத்தில்.

பிரம்ம விதுர் எனப்படுபவர் தானாக உலக விவகாரங்களில் ஈடுபடுவதில்லை. தனக்கென எதையும் விரும்புவதில்லை. யாராவது கொடுத்தால் உண்பதுண்டு. ஆனால் கேட்பதில்லை.

பிரம்ம விதுர்யான் எனப்படுபவர் தானாக எதையும் கேட்பதுமில்லை, தானாக உண்பதுமில்லை. யாராவது உணவை வாயில் ஊட்டினால்தான் உண்பது அவர் வழக்கம். அலை ஓய்ந்த கடல்போல் எப்போதும் சிவயோக நிலையிலேயே இருப்பர்.

பிரம்மவிதுரிஷ்டி எனப்படுபவர் உணவை வாயில் ஊட்டினாலும் இறங்குவதில்லை. ஆனால் குண்டலி சக்தியால் எப்போதும் அமுதத்தை உண்டவண்ணம் இருப்பர். இந்த அமுதம் இருப்பிடமே பின்னையார் சுழி. இந்தச் சுழியை அறிந்தவர்கள் எப்படி இருப்பர் என்பதைப்பற்றி மாணிக்க வாசகர் அருளியதாகச் சொல்லும் ஞானத் தாழிசையில் கீழ்க்கண்டபடி உள்ளது.

சுழியாகிய முனை கண்டபின்
உற்றுறுற வற்றுய்
சூதும்பல பொய் பேசிய
தொழிலும் பிறர்க்கிட்டாய்
வழியாகிய துறைகண்ட
பின் அனுட்டானமுமற்றுய்
வழங்கும்பல நூல் கற்றிடு
நினைவுகள் பிறர்க்கிட்டாய
விழியாகிய மலர் கண்டபின்
உயரர்ச்சனை யற்றுய்
மெய்ந்நீறிடு திருமந்திரம்
விளங்கச் சிவமுற்றுய்
அழியாப்பதி குடியேறினை
அச்சம் பல வற்றுய்
யாரொப்பவர் நிலையுற்றவர்
அலைவற்றிரு மனமே.

என்பதை கவனிக்கத் தக்கது.

சித்தர்கள் அருளிச் செய்துள்ள அனுபவஞானப் பெரு நூல்களுக்குப் புலவர்கள் பலர் சுழியைவிட்டுத் தடம் புரண்டு பலப்பல விதமான பதவுரைகளையும், பொழிப்புரைகளையும் ஆக்கலாயினர். தாங்கள் கற்ற இலக்கிய இலக்கண நூல்களை ஆதாரமாகக் கொண்டு மட்டும் அவ்விதப் பெரு நூல்களுக்கு விரிவுரைகள் எழுத முற்படுவது பொருத்தமாகாது. ஆகவே நாம் செய்ய வேண்டியது என்ன? "செல்வங்கள் இரண்டு. ஞானச் செல்வம், உலகச் செல்வம். இதுவன்றி மற்றொன்று உள்ளது. அதுவே தரித்திரம். அது ஞானிகளுக்கு இன்றியமையாதது; உலக வாழ்விற்கு அது முட்டுக்கட்டையாகும். ஞானச்செல்வமென்பது பகிர் முகத்தில் தேடிச் சம்பாதிக்காமல் சரீரத்திலேயே தேடிக் கண்டு பிடித்து அந்தச் செல்வத்தை அனுபவிப்பதாகும். உலகச் செல்வமென்பது அன்னியரிடத்திலிருக்கும் தாரம், தனம், மாடு, வீடு, பூமி ஆகிய இவைகளைத் தந்திரமாகப் பிடுங்கி அனுபவிப்பதேயாகும்.

நாம் அடையவேண்டியதென்னவென்பதை திருமூலர் திருமொழியை இங்கு குறிப்பிடுவோம்.

"வேதாந்தம் சித்தாந்தம் என்னும் இரண்டுக்கும்
போதாந்தமான புரந்தரன் வாழ்வொன்று
நாதாந்தமான ஞானங்கை கூடாதேல்
சோதந்தமான செனனம் ஒழியாதே.

—திருமந்திரம்

நாதாந்தமான ஞானத்தை (உண்மை முத்திநெறியை) ஓங்காரத்தின் உட்பொருளை, தத்துவமசி வாக்கியப் பொருளை (தத்—அது; துவம்—நீ; அசி—ஆனாய்) உள்ளங் கை நெல்லிக்கனிபோல் காட்டவல்லவர் யாரென்பதை ஔவையார் கீழ்க்கண்டபடி கூறியதும் அறிக.

"நெறிபட்ட சற்குரு நேர்வழி காட்டில்
பிரிவற்றிருக்கும் சிவம்"

இங்கு சிவமென்பது உயிர் நேர்வழி அறிந்தால் சிவமென்ற உயிர் உடலுடன் ஐக்கியமாகுமென்க. உயிர் உடலை விட்டுப் பிரியாது. மரணமிலாப் பெருவாழ்வு வாழலாம்.

● சித்தர் நெறி ஓங்குக ● முற்றிற்று ●

அருள்ஜோதி பதிப்பகத்தின்
மற்ற வெளியீடுகள்

சித்தர் கைகண்ட மருந்து	...	20 00
உங்கள் வீட்டில் சித்தர் மருந்து	...	5 00
சித்தர் மருந்து செய்பெரு முறைகள்	...	20 00
நீடூழி வாழ வழி	...	5 00
வாத வைத்தியத்துக்காதி	...	15 00
சித்தர் மெய்ப்பொருள்	...	10 00
அமுத கலசம்	...	20 00
முப்பூகுரு	...	15 00
பதார்த்த குணபோதினி	...	15 00
பொன்மொழிகள் ஆயிரம்	...	15 00
அகத்தியர் அந்தரங்க தீஷாவிதி	...	25 00
அனுபவ சித்த வைத்திய முறைகள்	.	20 00
அகத்தியர் பன்னீராயிரம் தொகுப்பு	...	15 00
உயிர் நீட்டும் மூலிகைகள்	...	15 00
வள்ளலார் மறைவு சித்தியா? மரணமா?	...	45 00
சரீர தத்துவம் & சாகாக்கலை	...	25 00
கடவுளும் மோட்சமும்	...	20 00
புற்று நோயைக் குணப்படுத்தலாம்	...	40 00
The Art of Immortality	...	10 00
The Greatness of Siddha Medicine	...	15 00
Cancer is Curable—All 3 Parts	...	35 00



10, ஜட்ஜ் பங்களா, பாஞ்சாலி அம்மன் கோயில் தெரு
சஞ்சீவி நகர், அரும்பாக்கம், சென்னை-600 106

Wrapper Printed at Eskay Art Printers, Madras-5.
Phone : 844727

அருள்ஜோதி
பதிப்பகம்

புற்று நோயை குணப்படுத்தலாம்!



ஆங்கில ஆசிரியர்
வைத்திய ரத்தினம் வி. பலராமையா
தமிழ் பெயர்ப்பு ஆசிரியர்
அஞ்சனா தேவி

பொருளடக்கம்

புற்றுநோயை குணப்படுத்தலாம்

முதல் பாகம்

கேள்விகள் – பதில்கள்

1. "புற்றுநோய்" என்பது என்ன?

ஆண்கள், பெண்கள், குழந்தைகள் இவர்களது உடற்கூறுகளின் ஒவ்வொரு பகுதியும் பாதித்து மரணத்திற்கு இட்டுச் செல்லும் கொடிய நோயே புற்றுநோய்! இந்நோய் மிகப் பரவலாக முதியவர்களிடம் காணப்படுகிறது.

2. "கேன்சர்" என்று ஏன் அழைக்கப்படுகிறது?

நோயின் பரவுகின்ற தன்மையைக் கருதியோ என்னவோ அலோபதி மருத்துவ முறைப்படி இது புற்று நோய் எனக் குறிப்பிடப்படுகிறது. ஜோதிட முறைப்படி பன்னிரண்டு ராசிகளுள் ஒன்றான கேன்ஸர் (நண்டு) என்றழைக்கப்படும் கடக ராசி (நண்டு) . எல்லா திசைகளிலும் நகரும் தன்மையை இயற்கையாகக் கொண்டுள்ளது. எனவே"கேன்ஸர்" (நண்டு) என்றழைக்கப்படுகிறது எனலாம்.

3. இந்த புற்றுநோய் தொன்றுதொட்டு ஏற்பட்ட நோயா? அல்லது சமீபகாலத்தில் தோன்றியது தானா?

பழங்காலத்தில் நம்நாட்டு மருத்துவத்தில் புற்றுநோய் என்பது பரவிக்கொண்டே வரும் நோயென பழங்கால மருத்துவர்களான போகர், புலிப்பாணி ஆகியோரால் குறிப்பிடப்பட்டிருப்பது உண்மையே. ஆனால் அன்றைய நாட்களில் ஒழுக்க நெறியில் இயங்கிய வாழ்க்கை முறையால் இந்நோய் மிக மிக அரிதான ஒன்றாகவே

காணப்பட்டு வந்தது. இப்பொழுதோ, வாழ்க்கை முறையில் தோன்றியுள்ள மாற்றங்களால், இந்நோயின் ஆதிக்கம் சமீப காலத்தில் அதிகரித்துள்ளது.

4. வாழ்நாளின் பிற்பகுதியிலேயே இந்நோயின் அறிகுறிகள் தெரிய வருவதற்கு என்ன காரணம்?

இந்நோய் முற்றிய நிலையை அடைவதற்கு அதாவது புற்றுநோயாக உருவெடுத்து தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்ள, நீண்டகால அவகாசம் தேவைப்படுகிறது. அதாவது இதற்கு ஒரு "வளர்ச்சி கால பருவம்" வேண்டியிருக்கிறது. ஆகவே, பொதுவாக ஒருவருக்கு 25 வயதில் இந்நோய் தோன்றியிருந்தால், அடுத்த 10 அல்லது 15 வருடங்களில் நோய் வளர்ச்சியடைந்து முதிர்ந்த பின் அவருடைய 35 அல்லது 40வது வயதில் தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்கிறது.

5. நோயிருப்பதை நாம் எப்படி அறியலாம்?

இந்நோயால் பிடிக்கப்பட்ட ஆணோ பெண்ணோ தாங்கள் பலவீனமாக இருப்பதை உணர்வர், இரத்த சோகை, எடைக்குறைவு ஏற்படல், பசியின்மை, உடலுக்குள் வலி இவைகள் தோன்றி. எவ்வளவு மருத்துவ சிகிச்சை மேற்கொண்டும் இவைகளிலிருந்து நிவாரணம் கிடைக்கவில்லையென்றால், சிகிச்சைக்குக் கட்டுப்படாத நோயாக இருப்பதையும் புதிர் விளைவிக்கும் ஏதோ ஒருவகை நோயாக இது உடலை பாதித்திருப்பதையும் அறிய முடியும்! இதுவே சமீபகால ஆராய்ச்சி முடிவின்படியும், அனுபவபூர்வமாகவும் புற்றுநோய் என நிர்ணயிக்கப்படுகிறது.

6. இந்த பயங்கரமான புற்றுநோய் பழங்காலத்தில் அவ்வளவாகக் காணப்படாததற்கு என்ன காரணம்?

இது ஒரு மிகவும் சுவையானதும் முக்கியமானதுமான கேள்வியாகும்! அடுக்கடுக்கான பதில்களை இதற்கு

எழுதலாம். நான் சுருக்கமாக விடை எழுதினாலோ, உங்களிடம் கூறவேண்டிய உண்மைகளை என்னால் சொல்ல முடியாது. இருப்பினும், அன்றைய மனிதர்களின் வாழ்க்கையில் சீலம், ஒழுக்க நியதி, கொள்கைப் பிடிப்பு, ஆன்மீக நெறி, பிரம்மச்சரியம், இல்லற தர்மம், புகழ்பட வாழ்தல், உணவுக் கட்டுப்பாடு, பெரும்பாலும் சைவ உணவு நெறி ஆகிய அம்சங்கள் நிறைந்திருந்த காரணத்தால், கட்டுப்பாடு நிறைந்த அவர்கள் வாழ் நாளில், இந்நோய்களின் தாக்கம் மிகக்குறைவாகவே இருந்தது.

7. அப்படியானால், அந்தப் பழங்காலத்திலும் கூட இந்தக் கொடிய புற்றுநோயால் சிலர் பாதிக்கப்பட்டதேன்?

நமது வேதங்களில் உங்களுக்கு நம்பிக்கை இருக்குமாயின், நாம் இதுவரை செய்த பூர்வ ஜன்மத்து செயல் தன்மைகளின் விளைவுதான் இது (புற்றுநோய்) என்பதே இதற்குப்பதில், பல பிறவிகளை எடுத்தபின், மனித உடல் கடந்தகாலங்களில் செய்த தீயச் செயல்களின் வெளிப்பாடுகளை உண்டாக்கி தன்னைச் சுத்தமாக்கிக் கொள்ள விழைகிறது

கடந்தகால வாழ்க்கையில் செய்த செயல்களின் (கர்மா) விளைவுகளே நோய்களாகத் தங்களை வெளிப்படுத்திக் கொள்கின்றன. செய்த பாவச் செயல்களின் தன்மைக்குத் தக்கபடி நோயின் தன்மை அமைகிறது.

8. பரம்பரை வழி இந்நோய் தோன்றிவருவதைப் பற்றி?

முன்னே விளக்கியது போலவே, நமது "கர்ம விளைவுகளின்" எதிரொலியாகவே, இந்நோய் அவரவர் குடும்ப சந்ததிகளை ஆட்கொள்கிறது. இதுபற்றி நவீன மருத்துவ நூல்களிலும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

9. அப்படியானால் கர்மா கோட்பாடு என்பதன்படி நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு, எவ்வளவு சிகிச்சை செய்தாலும் பலனில்லை அல்லவா?

இதற்கு வெட்ட வெளிச்சமான உதாரணங்களாக விளங்கியவர்கள் திரு. ரமண மஹரிஷியும், ராம்கிருஷ்ண

பரமஹம்சரும் ஆவர். இவர்கள் புற்றுநோயால் பல வருடங்கள் துன்பப்பட்டு இறந்தனர். கடந்தகால கர்மாக்களின் (செயல்களின்) விளைவு குறைந்ததாக இருந்தால், அப்போது வந்துள்ள நோயின் தன்மையும் ஆரம்பகால கட்டத்தில் இருந்தால், நம் நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை முறைப்படி சிகிச்சை செய்வதே மற்றைய சிகிச் சைகளைக் காட்டிலும் சிறந்ததாகும். திரு. ராமகிருஷ்ணரு க்கு வந்த தொண்டைப் புற்றுநோய் பற்றி இங்கே குறிப்பிடுதல் பொருந்தும். தன்னை அவர் அந்த நோயிலி ருந்து மிக எளிதில் விடுவித்துக் கொண்டிருக்க முடியும். ஆனால், இயற்கை நியதிக்குக் கட்டுப்பட்டவராய், கர்மாவின் விளைவுகள் உலகிலுள்ள அனைவரையும் பாதிக்கும் என்ற உண்மையையும், ஒவ்வொரு தனிப்பட்ட மனிதனும் தான் செய்த செயல்களுக்குத் தானேபொறுப்பேற்று அனுபவிக்க வேண்டும் என்பதையும் உலகோர்க்கு எடுத்துக் காட்டி நற்செயல்களில் மனிதர்களுக்கு நாட்டம் ஏற்படவேண்டும் என்று கருதியே அவர் அதன் தொல்லைகளை ஏற்றுக் கொண்டார்.

மக்களின் வாழ்க்கை பற்றிய மனோபாவத்தைச் செம்மைப்படுத்தி, அவர்களது அடுத்த பிறவியில் எவ்வித நோய்களாலும் தாக்கப்படாததொரு நிலையை அடைய வேண்டும் என்பதற்தககாகவே மகான்கள் தங்களுக்கு வந்த நோய்களைத் தாங்கித் கொண்டு வாழ்ந்திருக்கிறார்கள்.

10. இந்தக் கொடிய நோய் எப்படி வராமல் தடுக்க முடியும் என்பதை தயவுசெய்து விளக்குங்கள்?

மிகவும் ஆழ்ந்த சிந்தனைக்குரிய கேள்வி இது. ஆனால், நியாயமான சுவையான கேள்வி. இந்தக் கேள்விக்குரிய விடையாக பலவற்றைக் குறிப்பிடலாம். உதாரணமாக, பாரம்பரியம் பழக்கவழக்கங்கள், தீங்கு விளைவிக்கக்கூடிய தொழிற்சாலை, சூழ்நிலை உணவுநெறி, உணவு பாதுகாப்புச் சாதனங்கள், பூச்சிக் கொல்லிகள், எலியழிப்பான்

மருந்துகள், "அலோபதி" முறையிலான சாதாரண மருந்துவகைகள், சமுகப் பழக்கவழக்கங்கள்-இவைகளும் இந்நோய்க்குக் காரணமாக அமைவதைப் பார்க்லாம். இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் அவற்றின் தன்மை கொண்டு தனித்தனியே ஆராயத்தக்கவை.

பாரம்பரியம் :

மிகச்சிறிய சதவிகிதத்தினரே பரம்பரை வழியே வரக்கூடிய புற்றுநோய்க்கு ஆளாகின்றனர். இருந்தாலும், இப்படிப் பட்டவர்கள் புற்றுநோயால் தாங்கள் குடும்பம் தாக்கப்படலாம் என்றறிந்திருந்தால் குடும்பத்தை சார்ந்த ஆணோ பெண்ணோ, கீழேவரும் அத்தியாயங்களில் சொல்லியுள்ளபடி, தங்கள் வாழ்க்கையைப் பலவிதத்திலும் மாற்றியமைத்துக்கொண்டு நோயின் தாக்குதலிலிருந்து விடுபடலாம்.

பழக்கவழக்கங்கள் :

1. 'பழக்கங்கள் சாவதில்லை' அல்லது 'பழக்கங்கள் காலதாமதமாக மரணமடைகின்றன' என்று சொல்லப்பட்டு வருகிறது. புற்றுநோய் தோன்றுவதற்கு புகைப்பிடிக்கும் வழக்கம் ஒரு முன்னோடி காரணம். புகையிலை போடுதல், மூக்குப்பொடி போடுதல், இப்படிப் புகையிலையைப் பயன்படுத்தும் எந்த பழக்கமும் தீங்கு விளைவிக்க கூடியதே! இவை, திசுக்களை உருக்குலையச் செய்து புற்றுநோய்க்கு சுமுகமான நிலையை உண்டாக்குகின்றன?

2. மதுபான வகைகளும் உடலுக்குக் தீங்கு விளைவிப்பவையே. இப்பழக்கமும் புற்றுநோய் தோற்றுவிக்க ஒரு கருவியாகச் செயல்படுகிறது. கிளர்சியூட்டும் பானவகைகளான காபி, தேநீர், கோக்கோ, ஆகியவைகளும் கெடுதி விளைவிக்க கூடியவைகளே.

3. பச்சை மிளகாய் போன்ற எரிச்சலூட்டும் ஊறுகாய் வகைகளும் தீங்கானவையே.

4. இறந்த பிராணிகளின் மாமிச உணவுகளும் புற்றுநோய் தோன்றுதலுக்கு வழிவகுப்பவையே.

5. பால்இன உறவுகள் :

இயற்கையின் விதிப்படி அதிகபட்ச பிரம்மச்சரியம் பழகுதல் நன்மைதரும். ஆனால், அளவிற்கதிகமான உடல்உறவு கொள்ளலும், முறைதவறிய உடல்உறவும் பழக்கங்களும் ஆண்குறியில் வரக்கூடிய புற்றுநோய்க்குக் காரணமாக அமையும்.

6. தீங்கான தொழிற்சாலை சூழ்நிலை :-

தொழில் மயமாகிக் கொண்டுவரும் தற்காலத்தில், நிலக்கரி தார் சம்மந்தப்புட்ட தொழிற்சாலைகளிலும், பஞ்சாலைகள், முந்திரி வறுக்கும் தொழிற்ச்சாலைகள், எரிக்கும் அமிலத் தொழிற்சாலைகள், சாயம் சம்மந்தப்பட்ட தொழிற்சாலைகள் முதலியவைகளில் வேலை செய்யும் பணியாட்களுக்கு இப்புற்றுநோய் தோன்றி வளரக் கூடிய அபாயமுண்டு.

7. பதப்படுத்தப்பட்டு பெட்டிகளில் அடைக்கப்பட்ட உணவுவகைகள், ஐஸ்கிரீம் வகைகள், குளிர்பானங்கள் - இவைகள் புற்றுநோய் ஊக்கிகளாக செயல்பட்டு, புற்றுநோய்க்கு வழிவகுக்கின்றன.

எம். ஆர். டி. பி. சி. என்றழைக்கப்படும் (M.R.T.P.C) தனிப்பட்ட பொருள் உற்பத்திசெய்வோர் மற்றும் தடைசெய்வதற்குரிய வியாபார முறைகளுக்கான குழுவினரால்' தடைசெய்யப்பட்ட குறிப்பிட்ட குளிர் பானங்கள் தயாரிப்பில் ஈடுபட்டிருந்த ஐந்து தனியார் கம்பெனிகளால் நச்சுத்தன்மை அடங்கிய தாவர எண்ணை வகைகளை (BVOs) பயன்படுத்தித் தயாரிக்கப்பட்ட சிட்ரஸ் (Citrus) மணம் கலந்த பானவகைகளுக்கு மேற் குறிப்பிட்ட குழுவினர் (M.R.T.P.C) தடை விதித்தனர் புலனாய்வு பதிவுத்துறை டைரக்டர் ஜெனரல் விண்ணப்பத்தின் பேரில் இக்குழுவின் (M.R.T.P.C) தலைவர் (பொறுப்பு) திரு H.C. குப்தா, அவர்கள் மேற்கண்ட குளிர்பானங்கள் தயாரிப்பாளர்கள் மீது தற்காலிக ஒரு தலைப்பாடான (ex-parte injunction) தடை யுத்திரவைப் பிறப்பிக்க ஆணையிட்டார்.

டைரக்டர் ஜெனரலின் கூற்றுப்படி தடை செய்யப்பட்ட பானங்களின் குறியீட்டுப் பெயர்களுள் கேம்ப்பா ஆரஞ்சு, டிரில், ரஷ் மற்றும் ரஸ்னா ஆகியவைகளும் இருந்தன என்றும், இவைகளைத் தயாரித்த கம்பெனிகள் முறையே கேம்ப்பா பானங்கள் பிரைவேட் லிமிடெட், பியூர் டிரிங்க்ஸ் (புது டெல்லி) லிமிடெட், மாக்டவல் கம்பெனி லிமிடெட், பியோமா இண்டஸ்ட்ரீஸ் ஆகியவைகள் ஆகும் என்றும், இந்தக் கம்பெனிகள் தொழில் கவர்ச்சிக்கான தேவையைக் கருதி 0.006 சதவிகிதத்திலிருந்து 0.008 சதவிகிதம் வரை பதப்படுத்தப்பட்டதும், கார்போனேட் செய்யப்பட்டதாகவுமான தாவர எண்ணைவகைகளை(Bromitated Vegetable oils) தொடர்ந்து பயன்படுத்தி வந்தனர். எனவே இந்த தடையுத்தரவை ஜூன் 6-ந் தேதி முதலே ஏன் நடைமுறைக்குக் கொண்டுவரக்கூடாது என்பதற்கான விளக்கத்தைத் தருமாறு மேற்கண்ட கம்பெனிகள் கேட்கப்பட்டிருந்தன

-நன்றி. 11-5-90 ஹிந்து நாளிதழ்.

8. எலிபாஷாணங்களும் பூச்சிகொல்லி மருந்துகளும் இவைகளிலுள்ள அரிக்கும் தன்மையுள்ள இரசாயன வகைகள் காய்கறிகளிலும், உணவுத் தான்யங்களிலும் படிந்து தீங்கு விளைவிக்கின்றன.

10. சாதாரணமாகப் பழக்கத்திலுள்ள மருந்துகள் மிகச் சர்வ சாதாரணமாக வரக்கூடிய நோய்களுக்குக் கூட, இன்றைய மக்கள் தங்களுக்கத் தாங்களே மருத்துவர்களாகி மேனாட்டு மருந்துவகைகளை கணமுடித்தனமாக உட்கொள்கிறார்கள். இப்படிப் பொருத்தமற்ற வகையில் உட்கொள்ளும் மருந்துவகைகளும் புற்றுநோய் உண்டாகக் காரணமாகின்றன.

ஐக்கிய நாட்டு மருத்துவ அறிக்கையில் வெளியிட்டுள்ளபடி, உலக நாடெங்கிலும் விளக்கிக் கொள்ளப்பட்டதும், தடைசெய்யப்பட்டதும், ஆனால் இந்தியாவில் சர்வசாதாரணமாகப் புழக்கத்தில் இருந்து வருவதுமான மருந்துவகைகள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன

(உட்கொள்ளக்கூடாததும் அல்லது விற்பனைக்குத் தடை செய்யப்பட்டதும் அல்லது விளக்கிக் கொள்ளப்பட்டதும் தீவிரமாகத் தடை செய்யப்பட்டதும் அல்லது அரசினால் அங்கீகரிக்கப்பட்டதுமான மருந்துப்பொருள்களின் ஒருங்கிணைந்த அட்டவணை)

மருந்தின் பெயர்	ஏற்படும் பக்க விளைவுகள்	தடைவிதித்துள்ள நாடுகள்
1. குளோரோபாம் (அனெஸ்திடிக்)	புற்றுஊக்கி (புற்றுநோய் உண்டாக்கும் வல்லமை) கல்லீரல் புற்றுநோய், கல்லீரலிலும் இதயத்திற்கும் நச்சுத்தன்மை பரவுதல்	அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகள், ஜப்பான், கனடா, இத்தாலி, பிலிப்பைன்ஸ், பிரிட்டன் முதலியன.
2. ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் (ஆண்டிரபயாடிக்)	பலமான உட்செவி பகுதியில் (Vestibular) சேதம் நிலையான செவிடு, நீர் கசியும் வெள்ளணுப்புற்றும்	அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகள், பிலிப்பைன்ஸ், இத்தாலி முதலியவை,
3. பாரசெட்டமால் (Paracetamol) (வலிநீக்கி)	அதிகமாக உட்கொள்ள ஈரல் நச்சுத்தன்மைப் படல் (கல்லீரல் பாதிக்கப்படல்)	பிலிப்பைன்ஸ் நாடுகள்
4. டெட்ராசைக்ளின் (Pae)ஆண்டிபயாடிக்	எலும்பு வளர்ச்சியைத் தடைப்படுத்தக்கூடும் 9 வயது வரையுள்ள	அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகள் பிலிப்பைன்ஸ், ஆஸ்திரேலியா,

	சிசுக்களுக்கு முக்கியமாக மூன்று வயதுக் குட்பட்ட சிசுக்களுக்குப் பல் வளர்ச்சி குன்றும்	இடாலி, நியூஸிலாந்து, மற்றும் பல நாடுகள்
5. ஆக்ஸிபென் புடாஸோன் ஆம்பிசிலின் (ஆண்டிபயாடிக்)	உட்கொள்ளும் முறையில் கடினத் தன்மை விளக்கங்கள் போதுமானதாக இல்லை	பிலிப்பைன்ஸ்
6. ஆண்டி டியபர்குலோசிஸ் காம்பினேஷன். (க்ஷயரோக எதிர்ப்பு மருந்துகள்) (வைட்டமின் -பி6 உடன் இஸோனைஸ்டு தவிர)	-------------	நேபால்
7. அனால் ஜெசிக்ஸீடன் கூடிய ஆட்ரோபைன் ஆண்டி இன்பெக்டிவ்ஸ் ஆண்டி பைரெடிக்ஸ்	முக்கியமாகக் குழந்தைகளுக்கு நச்சுத்தன்மை பர்ப்பும். விளைவுகளை உண்டாக்கி உயிர்க்கு ஊறு ஏற்படுத்தும். படபடப்பும், கண்பார்வை மங்குதலும் ஏற்படும்	பிலிப்பைன்ஸ், நேபால்
8. பென்சிலின் டெட்ராசைக்ளின்	கல்லீரலில் நச்சுத் தன்மை ஏற்படலாம்.	இத்தாலி

9.	எரித்ரோமைசின் எஸ்டோலேட் (ஆண்டிபையாடிக்)	ஈரலில் நச்சுத் தன்மையும் கல்லீரல் பழுதுபடலும். அடிக்கடி உபயோகித்தால் ஜுரம், குமட்டல், வாந்தி, மஞ்சள்காமாலை, (ஈசினோபில்) அணுமிகைப்பு	சிங்கப்பூர், பங்களாதேஷ், டென்மார்க், ஸ்வீடன், பெரு
10.	கிளின் டாமைசின் லிங்கோமைசின் (ஆண்டிபையாடிக்)	ஸீயூடோ மெம்பி ரேனுவஸ், கோடிஸ் (peudomembranous co litis)	கிரீஸ், பங்களாதேஷ்

11. வந்துள்ளது புற்றுநோய் எனத் தெரிந்தபிறகு என்னென்ன முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகள் எடுக்க வேண்டும்.

புற்றுநோய் தீர்க்கப்பட முடியாத நோயாகக் கருதி, புற்றுநோய் வந்த நோயாளிக்கு அச்சத்தை ஏற்படுத்தக் கூடாது. அப்படிப்பட்ட எண்ண ஓட்டமே மனோதத்துவ ரீதியாக உடலிலும் செயல்பட்டு, நோய் குணமாவதற்கு இடையூறாகும் அல்லது நோய் குணப்படுவதைத் தாமதமாக்கும்.

மேற்கத்திய நாடுகளுக்கே உரிய சிகிச்சை முறை கிழக்கத்திய நாடுகளைச் (வெப்ப தேசங்கள்) சேர்ந்த மனிதர்களுக்குப் பொருத்தமாகாது என்பதால், அத்தகைய நவீன சிகிச்சை முறைக்கு உட்படக்கூடாது. புற்றுநோய்க்குரிய உடல் நிலை உண்டாவதற்குக் காரணமான பழக்கவழக்கங்களைத் தெரிந்தோ தெரியாமலோ, ஏற்படுத்திக் கொண்டிருந்தால், அவைகளை விட்டுவிட வேண்டும். மறுபடியும் சொல்லப் போனால் கண்டிப்பான சைவ உணவு நெறிதான் வழியாகும். மருத்துவ ரீதியை பொறுத்தவரை,

இயற்கையான மூலிகை வகைகளைக் கொண்டு உருவான நம்நாட்டு மருத்துவ முறைகளான சித்த, அல்லது ஆயுர்வேத சிகிச்சை மட்டுமே மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும்.

12. ஆரம்ப நாட்களிலேயே அல்லோபதி சிகிச்சை முறையை மேற்கொள்வதால் ஏதேனும் பலன் உண்டா?

தெளிவாகச் சொல்லப்போனால், அலோபதி சிகிச்சை முறையானது ஆரம்ப காலத்தில் இந்தப் புற்று நோயினை சுலபமாக மறைத்து வைக்கின்றது. ஆனால், பலபேருக்கு இந்நோய் கடுமையாக மறுபடியும் தோன்றுகிறது. அஞ்சத்தக்க இந்நோய்க்கு மாற்று சிகிச்சை முறை உள்ளது என்பதை அறியாமல், நோயாளியும் நம்பிக்கையிழக்கிறார். எனவே முதலிலிருந்தே நம் நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை முறையை மேற்கொள்வதே நல்லது.

13. பிராணிகளும் புற்றுநோயால் பீடிக்கப்படுகின்றனவா? எவ்விதத்தில்?

இது ஒரு நல்ல கேள்வியே! ஆனால் மிருக வைத்தியரால் பதில் சொல்லப்பட வேணடிய கேள்வி. இருப்பினும் கேள்வி கேட்கப்பட்டதால் சொல்ல முயற்சிக்கிறேன். நமது வீட்டு மிருகங்களான மாடுகள் வெள்ளாடுகள், செம்மறியாடுகள் போன்றவை முழுக்க முழுக்க சைவஉணவை உண்பவை. இருந்தும் பசுக்களும். எருதுகளும் கட்டி மற்றும் புற்றுநோயால் அவதிப்படுவதைப் பார்த்திருக்கிறேன். இந்தப் புற்றுநோய் அவைகளின் உடலில் சில காலத்திற்கு செயலற்ற பொருளாக இருக்கும், பிறகு இளைத்து பலவீனமடைந்து அவை மரணமடையும். இப்படி மரித்த மிருகங்களின் மாமிசம் புற்றுநோய் தோற்றுவிக்கும் காரணிகளாக இயங்கக் கூடுமாதலால், அவற்றை உண்ணும் மனிதர்களுக்குப் பின் விளைவுகள் ஏற்படலாம். ஆனால் அபூர்வமாகவே பிராணிகளை இந்நோய்கள் தாக்குகின்றன.

14. காலப்போக்கில் இப்புற்று நோய் மிகக்கொடிய உயிர்க்கொல்லி நோயாக மாறிவிடுமா?

மிகப் பரந்த அளவில் மக்களைக் கொல்லும் முதல்தர வியாதியாக இப்புற்றுநோய் கருதப்படும் காலம் வந்து கொண்டிருக்கிறது. நோய் ஆராய்ச்சித்துறையில் புகழ்பெற்ற திரு. வில்லியம் பாயிடு, புற்றுநோய் தோற்றுவிக்கும் சாராம்சங்கள் நடுவில் மனித இனம் நீந்திக் கொண்டிருப்பதாகக் கூறுகிறார். விஞ்ஞான சாதனைகளின் நெருக்கத்தால், ,கார் சினோ ஜென்ஸ் எனப்படும் புற்றுநோய் ஊக்கிகளாக இயங்கக்கூடிய பொருள்கள் உற்பத்தி செய்யப்படுவதாகவும், இதற்கு முடிவே இல்லை என்றும் குறிப்பிடுகிறார். நாமனைவரும் மிகவும் நாசகரமான ஒரு சூழ்நிலையை எதிர்நோக்கி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம்

15. இப்படிப்பட்ட ஒரு நிலையிலிருந்து மீள வழியுண்டா?

ஆட்கொல்லி நோயான புற்றுநோயின் ஆதிக்கம் உச்சகட்டத்தை அடைந்து. அதற்கான நவீன மருத்துவ சிகிச்சை முறைகளும் தோல்வியைத் தழுவும். போது, இயல்பாகவே இவ்வுலகம் இத்தோல்விக்கான காரணங்களை அறிந்து தன் தவறுகளை உணர்ந்து திருத்திக் கொள்ளும். இதற்குப்பின் ஒருவேளை இயற்கை சக்தியே இரக்கம் கொண்டு படிப்படியாக இந்நோய்களுக்கான விளைவுகளைக் குறைக்கலாம். இதற்குக் கால அவகாசம் தேவை. அவை இயற்கையைக் எதிர்த்து செயல்படாமலிருக்க வேண்டும்.

16. புற்றுநோயை முறியடிக்க அல்லோபதி சிகிச்சைமுறை எல்லாவித முயற்சிகளையும் எடுத்துவருகிறது. இருந்தும், நிவாரணம் கிடைத்த பாடில்லை. ஏன்?

இதை மிகத் தெளிவாக அறிந்து கொளளலாம். முன்பே குறிப்பிட்டிருந்தபடி புற்றுநோய்க்கு இடம்கொடுத்த உடலிலுள்ள உயிரணுக்களானது வரையறையின்றி பெரிய அளவிற்குத் தங்களது வடிவம், அளவு, செல்முறை

இவைகளை ஏற்றுக்-கெண்டு அரிப்புக்குள்ளாகின்றன. எனவே, இந்த அரிப்புத் தன்மைதான், உயிரணுக்கள், திசுக்கள் உறுப்புக்கள்-இவற்றின் புற்றுநோய்த் தன்மைக்குக் காரணமாகும்.

நச்சுத்தன்மையைக் குறைக்கின்ற வழியே சிகிச்சையின் பிரதான நோக்கமாக இருத்தல் வேண்டும். அப்போதுதான் செய்யப்படுகின்ற சிகிச்சைகளுக்குச் சரியான விளைவுகள் ஏற்படும்; மாறாக செய்யப்படின் பலனில்லை, அலோபதி சிகிச்சை முறையானது தீவிரமானது; எதிரானதூண்டுதலை ஏற்படுத்தக் கூடியது; இயல்பாகவே நச்சுத்தன்மை கொண்டது. நாசவிளைவுகளையும், எரிச்சல் தரும் புண்களையும் உண்டாக்கக் கூடியது. ஆகமொத்தம் நோயாளிக்கு அபாயம் ஏற்படும் வகையில் அதிகப்பட்ச எதிர்மறையான விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் கூடியது. மருத்துவத்துறையில் ஈடுபடுவோர் தர்ம நியதிகளுக்குக் கட்டுப்படல் வேண்டும்! இயற்கையிலேயே ஒவ்வொரு ஜீவனும் தெய்வீகமானதே ஏனெனில் மானிட உடல் என்பது ஒரு தெய்வீகஅமைப்பு.

மனித உடலின் இயக்கமானது தெய்வீகத் தன்மையை அடிப்படையாகக் கொண்டதே. இதுவே பிராணி வர்க்கத்திற்கும் தாவர வர்க்கத்திற்கும் பொருந்தும். இவ்வித இயக்கத்தில் செயல் படவேண்டுமெனில் அவருக்கு தெய்வீக உணர்வும்? ஆன்மீதத்திற்குக் கட்டுப்படும் தன்மையும், தார்மீக சிந்தனையும் இருக்க வேண்டும். இயற்கையில் நவீன மருத்துவ சிகிச்சையானது வியாபார நோக்கத்திற்குட்பட்டது. செவிலியர் பணியில்லங்கள் தொழில் நோக்கிற் மட்டும் செயல்படுகின்றன. எனவே நீங்கள் எண்ணுகின்ற விதத்தில் பலன்கள் கிடைப்பதில்லை.

17. அல்லோபதி சிகிச்சை முறையைப்பற்றிய விவரங்களைத் தெரிந்து கொள்ளலாமா?

நோயாளி வழக்கமான பரிசோதனைகளுக்கு ஆளாக்கப்பட்டு சிகிச்சைக்குப் பதிவு செய்யப்படுகிறான்.

இரத்தச் சோகை, வலி, தூக்கமின்மை, நீடித்த அஜீரணம், மலச்சிக்கல் போன்றவற்றை அடையாளம் கண்டுகொள்வதற்கான சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. நோயின் தன்மை அல்லது நோயின் தீவிரம் இதனைப் பொறுத்தே புற்றுநோய்க்கான சிகிச்சையும் தனிப்பட்டதாக இருக்கும் சில நபர்களுக்கு புற்றுநோய் பாதித்துள்ள திசுக்களை அல்லது கட்டியை அகற்ற அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படுகிறது. ஆனால் புற்றுநோய் பாதித்த திசுக்களை முழுமையாக நீக்கிவிட முடியாது. இதற்கிடையில் நோய்இடமாற்றம் பெற்று விடுகிறது. அதாவது திசுக்களிலுள்ள புற்றுநோய் உயிரணுக்கள் இரத்த ஓட்டத்தில் கலந்து உடலின் மற்ற பாகங்களில் குடியேறி, அங்கும் புற்றுநோய் உண்டாவதற்கான விளைவுகளை ஏற்படுத்தி விடுகிறது. நோயாளியின் நம்பிகைக்கு இடமே இல்லாமல் போய்விடுகிறது. இந்த நிலைமையில் சிகிச்சை மேற்கொள்வது மிகவும் கடினமான ஒன்றாகும். புற்றுநோய் நோயாளியின் உடலில் அதிகமான அளவிற்கு நச்சுத்தன்மையை பரப்பிவிடுகிறது. அலோபதி சிகிச்சை முறையானது இயல்பிலேயே எரிச்சலைத் தரக்கூடியது. எனவே நோயாளியிடமுள்ள அரிப்புத் தன்மையை இன்னும் அதிகரித்து விடுகிறது. புறறுநோய் உயிரணுக்கள் எரிச்சலால் பாதிக்கபபட்டு. கிளர்ச்சியடைந்து மேலும் பல குழப்பமான நிலைமைகளை விளைவித்து விடுகின்றன. சுருக்கமாகச் சொன்னால்நவீன மருத்துவ சிகிச்சையானது நோயின் தன்மையை வெகுவாக அதிகரிக்கச் செய்கிறது. நோயாளி விரைவிலேயே மரணமடைந்து விடுகிறார்.

18. புற்று நோயின் தன்மையை அறிந்து தகுந்த சிகிச்சை அளிப்பதைப் பற்றி அறியாத போது, அரசாங்கம் அல்லது தனியார் புற்று நோய் வைத்திய சாலைகள் எதற்காக?

நோய்வாய்ப்பட்டு அல்லலுரும் மக்களுக்கு பணி

செய்வதற்காகவே இந்த புற்றுநோய் வைத்திய சாலைகள் உள்ளன. இங்கு தரப்படும் சிகிச்சை நோய்க்கு ஏற்றதே அல்ல, சில சொற்ப எண்ணிக்கை நோயாளிகள் இந்த மருத்துவ சிகிச்சையால் பயன்பெற்றாலும், பலருக்கு நோய் மறுபடியும் வந்து விடுகிறது. மிக அதிக அளவிற்கு சிகிச்சையில் தோல்வியே காணப்பட்டுள்ளது. இருந்தும், ஆட்கொல்லி நோயான புற்றுநோய்க்கு தீர்வுகாண கோடிக்கணக்கான டாலர்களை செலவழித்துக் கொண்டிருக்கிற அமெரிக்கா போன்ற மேலைநாடுகளில், வழக்கத்தில் இருந்து வரும் மருத்துவ சிகிச்சையையே, இந்த வைத்தியசாலைகளும் நமக்களிக்கின்றன. சிகிச்சை செய்யப்படாத நோயாளிகளைக் காட்டிலும் சிகிச்சை செய்யப்பட்ட நோயாளிகளே விரைவில் இறந்து விடுகின்றனர். அவர்கள் அளித்துவரும் சிகிச்சையானது படுதோல்விகளையேச் சந்தித்து வருகிறது என்ற அனுபவத்தைத்தான் பல வருடங்களாக அவர்கள் அடைந்து வருகிறார்கள். அவர்களுக்கு வேறு வழி எதுவும் தெரியாததால், இந்த சிகிச்சையையே நம்பச் செய்து வருகின்றனர். இந்த சிகிச்சை முழுமையான அளவிற்கு வியாபார நோக்கமுடையதாக ஆகிவிட்டது.

19. எல்லையற்ற எண்ணிக்கையில் பெருகிக் கொண்டே வரும் புற்றுநோயாளிகளின் நலனைக் கருதி, அலோபதி மருத்துவர்கள், ஏன் நாட்டு மருத்துவச் சிகிச்சை முறையை சிபாரிசு செய்வதில்லை.

நான் ஏற்கெனவே ஓரளவிற்கு இதற்கான காரணங்களை விளக்கிவிட்டேன். அடியிற்குறிப்பிட்டுள்ள சில காரணங்களையும் குறிப்பிடலாம். அயல் நாட்டு மருத்துவம், நமது நாட்டில் இறக்குமதி செய்யப்பட்ட ஒன்றாகும் இவை சாதாரண சிறுவியாதிகளை உடனடியாக குணமாக்கின. பெரியம்மை, காலரா, பிளேக் போன்ற தொத்து நோய்களும், ஓரளவிற்கு மலேரியா நோயும் இந்த

நவீன மருத்துவச் சிகிசசையால் கட்டுப்படுத்தப்பட்டன என்பதிலும் ஐயமில்லை. அலோபதி மருத்துவத்தில் மருந்தானது மாத்திரைகள். மருந்து உறைகள், (காப்ஸ்யூல்ஸ்) ஊசிகள், வடிவத்தில் தரப்படுவதாலும். உடனடி நிவாரணம் கிடைப்பதாலும். நோயாளிகளுக்கு இது சுலபமாயிருக்கிறது.

20. உங்கள் கருத்துப்படி, நான் அறிந்துகொண்டதில் நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சைமுறை ஒன்று தான் புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை முறையா?

ஆம்! உண்மைதான்! சித்தர்களான அகத்தியர், போகர், புலிப்பாணி ஆகியோர் பல ஆயிரம் வருடங்களுக்கு முன்னால் பலவித நோய்களைத் தீர்க்கக்கூடிய மருந்து வகைகளைக் கண்டறிந்துள்ளனர். இவற்றில் அநேகமாக சித்த வைத்தியம், ஆயுர்வேத வைத்தியம் போன்றவைக்கான எல்லா கலவை முறைகளும் பனை ஓலைச்சுவடிகளில் எழுதப்பட்டுள்ளன. யுனானி வைத்தியமும் இவ்விதமே! ஆன்மீக சிந்தனையுடன் கூடிய பெரியோர்கள், சித்த நிபுணர்கள் பல ஆயிரம் வருடங்களுக்கு முன்பே புற்று நோய்க்கான சிகிச்சை முறையைக் குறிப்பிட்டுள்ளனர். மானிட சமுதாயம் பயன்பெறும் வகையில் இப்பொழுது கூட சில மருத்துவ முறைகள் கிடைக்கப் பெற்றுள்ளன.

நமது நாட்டின் பழங்கால மருத்துவ சிகிச்சையில் ஈடுபட்டுள்ள பல மருத்துவர்கள், பழங்கால ஏடுகளில் எழுதப்பட்டுள்ள குறிப்புகளின்படியே சிகிச்சை முறையை மேற்கொண்டு வருகின்றனர். இதனால் அங்க சிதைவுகளோ துரதிர்ஷ்டமான பின்விளைவுகளோ எதுவுமின்றி நோயாளிகள் திருப்திகரமான சிகிச்சை பெற்று வருகின்றனர். எனவே பெரும்பாலோர் அச்சுறுத்தும் இந்நோயிலிருந்து விடுபட்டு நலமாக வாழ்ந்து வருகின்றனர். இந்த சிகிச்சை முறையே நம் ஏழைநாட்டிற்கு மலிவானதும் மிகவும் பொருத்த மானதும் ஆகும்.

21. மக்கள் நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சையை மேற்கொள்ளுமாறு துணைபுரிய என்னவழிகளைக் கையாள வேண்டும்?

நமது நாட்டு பழைய மருத்துவ சிகிச்சையை பரப்புவதற்குப் பல வழிகளுண்டு. நமது அரசியல்வாதிகள் நேர்மையான முறையில் இதனைப் பரப்ப முயன்றால், துன்பப்படும் மக்கள் பயன்பெறும் பாதையும் தெளிவாகும். ஆனால் சுயநல நோக்கங்களுக்கு அவர்கள் கைப்பாவைகளாக இருந்தால் எந்தவித திட்டவட்டமான இலக்கினையும் எட்ட முடியாது. இதுவே முக்கியமான தடையாகும். தேச நலம் கருதும் மனம் இல்லாமல் எதனையும் சாதிக்க முடியாது.

வசதி படைத்திருக்கும் பெரும்பாலான மக்கள் நமது இந்திய பாரம்பரியப் பெருமை, இந்தியப் பண்பாடு, இந்திய தர்ம சாஸ்திரங்கள், இந்திய கலை, இந்திய விஞ்ஞானம், இந்திய மருத்துவம் முதலியவற்றை பற்றி அறியாதவர்! மேனாட்டு வாழ்க்கை முறையை பின் பற்றுபவர்கள். பல இந்தியர்கள் அயல்நாட்டில் வசித்து ௲ நாட்டுப்பிரஜைகளாகியதுடன் நமது இந்திய வாழ்க்கை முறையையும் பரிகசிக்கிறார்கள் என்பதை வேதனையுடன் குறிப்பிட வேண்டியிருக்கிறது. இதற்கு மாறாக மேனாட்டைச் சேர்ந்த அறிவாளிகளும், சிந்தனையாளர்களும், மிகவும் பண்பட்ட வர்க்கத்தைச் சேர்ந்தவர்களும், நமது இந்திய வாழ்க்கை முறைப்படி தாங்களும் வாழ்வதுடன் ஆன்மீக வாழ்க்கையிலும் தேர்ந்த அனுபவத்தை அடைந்து வருகிறார்கள்.

22. நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை முறையைப் பரப்புவதற்கு நடைமுறைக்கொப்ப என்ன வழிகளைக் கைக் கொள்ளலாம்? தங்கள் அறிவுரை என்ன?

நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை முறையே முக்கியமாக புற்றுநோய்க்கு மிக மிகப் பொருத்தமானதாகும். புற்றுநோயால் அவதிப்படும் ஒவ்வொரு நோயாளிக்கும் இச்சிகிச்சையைப் பெறக்கூடிய வாய்ப்பினை அளிக்க வேண்டும். வாழ்வின் பல மட்டத்திலுள்ளவர்களிடையே

பரப்புவதற்கு, நம் நாட்டின் பண்டைய மருத்துவமுறையின் பலன்களை மத்திய அரசு முதல் பஞ்சாயத்து அமைப்பு வரை அனைத்து முயற்சிகளும் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும்.

விளம்பர சாதனங்கள் மூலம் முறையான பிரச்சாரம், தொலைக்காட்சி மூலம் அறிவிப்புக்கள், துண்டுப் பிரசுரங்கள், கிராமங்களிலும், பட்டினங்களிலும் நகரங்களிலும், பிரமுகர்களைக் கொண்டு பொது பிரசங்கங்கள் - இப்படிப்பட்டவை தொடர்ந்து நடைபெற்றுக் கொண்டிருக்க வேண்டும். பிறகு காலப் போக்கில் நம் நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை பிரசித்தி பெற்றதாகி, பெரும்பாலான மக்கள் இச்சிகிச்சையை நாடிச் செல்வார்கள்.

23. உள்நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சையில் நீங்கள் அனுபவம் பெற்ற மருத்துவர், வயதில் மூத்தவர், பல் புற்றுநோய் நோயாளிகளைக் குணமாக்கியுள்ளீர்கள். இது மிகவும் பெருமைக்குரியது. மிகப் பரந்த அளவிற்கு பிரச்சாரம் மேற்கொள்ளப்படும் பொழுது துன்பப்படும் மனித இனத்திற்கு தாங்கள் ஆற்றக் கூடிய பங்கு என்ன?

உண்மையில் மிகவும் அறிவுபூர்வமான கேள்வி. முதலாவதாக உங்கள் உற்சாகத்தை எண்ணி நான் மிகவும் மகிழ்ச்சியடைகிறேன். எல்லாவிதத்திலும் ஒத்துழைப்பைத் தர முன் வருபவர்களில் உங்களில் நானும் ஒருவன்! துன்புறும் நோயாளிகளுக்கு உண்மையுடன் பணியாற்ற முன்வரும் தகுதியான அல்லது தகுதியற்ற நபர்களுக்கு, எனது முழு அனுபவத்திறனையும், அறிவினையும் பயன்படுத்தி, பயிற்சியளித்து அவர்களை தேர்ச்சியுற்ற வர்களாக்க தயாராயிருக்கிறேன். சிகிச்சையை முறையாகச் செய்வதற்காகத் தகுந்த பயிற்சியளிக்க, அவர்களை நான் எனது இருப்பிடத்திலேயே தங்கவைத்துக் கொள்வேன். ஒருவேளை அனுமதிப் பத்திரங்களுக்காக (licence) அரசினை நாடவேண்டியிருக்கும்; என்னவாக இருந்தாலும் தேவைப்படுபவை கொடுக்கப்பட வேண்டும்

சித்த மருத்துவ சிகிச்சை முறையில் தகுதி வாய்க்கப்பெற்ற மருத்துவர்களை தமிழக அரசு என்னிடம் அனுப்பிவித்தது. அவர்கள் பயிற்சிக்காக வந்தார்கள்; ஆனால் போதுமான அளவிற்கு ஆர்வம் இல்லாமல் இருந்தார்கள். உண்மை யானவர்களாயும் தங்களை அர்ப்பணித்துப் கொள்ளக் கூடியவர்களாயும் உள்ளவர்களே உண்மையான சேவை புரியக்கூடியவர்கள். 'லாபமும் இல்லை; நஷ்டமும் இல்லை' என்ற கொள்கையுடன் நான் சிகிச்சைப் பணி செய்து வருகிறேன். பல நோயாளிகள் என்னிடம் இலவச வைத்தியம் பெற்று வருகிறார்கள். நான் என்றும் எனது இந்தப்பணியை ஆற்றிடத் தயாராயிருக்கிறேன்!

24. இந்தச் சவாலை சமாளிக்க புள்ளி விவரங்கள் அவசியம். நீங்கள் சிகிச்சை அளித்துள்ள சிகிச்சை குறிப்புகளிலிருந்து இதனைத் தர முடியுமா?

எனக்கு சரியான உதவியாளர் இல்லாததால் புள்ளி விவரக் கணக்கிற்கு தேவையான குறிப்புப் புத்தகங்களை என்னால் வைத்துக் கொள்ள முடியவில்லை. வருங்கால உபயோகத்திற்கு அவைகளைத் தயார் செய்து கொள்வேன்.

25. புற்றுநோயானது அளவு கடந்த நிலையில் உலகெங்கும் இருந்து வருகிறது. மனிதாபிமானத்தைக் கருத்தில் கொண்டு, உலக முழுவதும் உள்ள நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சைத் தரப்படல் வேண்டும். துவக்கக்கட்டமாக. இந்திய நாடெங்கிலும் சிகிச்சையைப் பரப்ப வேண்டும்.

இதைக் கேட்க மிக்க மகிழ்ச்சி! நோயால் துன்பப்படுவோர் யாராயிருப்பினும், எங்கிருந்தாலும், எந்த பாலினம் சார்ந்தவர்களாயினும் அவர்களுக்குச் சிகிச்சை செய்ய நாம் கடமைப்பட்டிருக்கிறோம். இந்த சிகிச்சை செய்ய விஸ்தரிப்பினை படிப்படியாக மேற்கொள்ளவேண்டும். இந்திய நாடெங்கிலும் இச்சிகிச்சைப் பணியை விஸ்தரிக்க, நிதி வசதி, அரசு அங்கிகாரம், விளம்பர சாதனங்களின் ஒத்துழைப்பு, முகாமிட இட வசதி, தன்னிச்சையான

பணியாளர்கள், தர்ம சிந்தனையுடன் செயல்படும் நிறுவனங்கள், வாகன வசதிகள் முதலியன தொடர்ந்து கிடைக்கும் வகையில் திட்டங்கள் வேண்டும்.

26. இவ்வித பிரச்சாரத்திற்காகவும் விளம்பரத்திற்காகவும் பம்பாய், கல்கத்தா, டெல்லி முதலிய ஒவ்வொரு நகரத்திலும் சில நாட்களுக்கு நீங்கள் தங்குவீர்களா? மனித நேயத்துடன் கூடிய சேவையினைக் கருத்தில் வைத்து இவ்விதம் தயவு செய்து செய்ய முடியுமா?

மிகவும் போற்றத்தக்க சிறந்த ஆலோசனை தான். ஆனால் எனது வயது (80) எனது இலட்சியத்திற்குக் குறுக்கே நிற்கிறது

27. நீங்கள் புற்றுநோயாளிகளுக்கு எப்படி சிகிச்சையை மேற்கொள்ளுகிறீர்கள்! அதற்குத் தேவையானவை எவை?

நோயாளி அலோபதி மருத்துவ சிகிச்சையை இதுவரை மேற்கொள்ளாதிருந்து என்னிடம் வந்தால், நோய் விவரங்கள் குறிக்கப்பட்டு தக்க சிகிச்சை சிபாரிசு செய்யப்படுகிறது. சுமார் 30 தினங்களுக்குத் தேவையான அளவு தயாரிக்கப்பட்ட மருத்துவவகைகளை நோயாளிக்குத் தருகிறேன். அந்த காலத்திற்குப் பின், நோயாளி நேரில் வந்து என்னைச் சந்தித்தாலும் சரி அல்லது வேறு நபர் முலம் தற்போதைய நோய் நிலைமை பற்றியவிவரங்களை சொல்லியனுப்பினாலும் சரி அதற்கேற்பதொடர்ந்து சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. நோயாளி பொறுமை யுடனிருந்து சிகிச்சையை தொடர்ந்து எடுத்துக்கொண்டால் எல்லாம் வல்ல கடவுளின் கருணையினால் நோயாளியிடம் நோய் தீர்வதற்காக அடையாளங்கள் தோன்றுகின்றன.

நோய் முழுமையான அளவிற்கு குணமாக எல்லா நேயாளிகளுக்கும் சில மாதங்களுக்கான சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது. சிகிச்சை பெறும் காலத்தில் எந்தவித

குழப்பமோ, எதிர்த் தூண்டுதல்களோ, அசௌகரியத்தைத் தரக்கூடிய எதிர்பாராத விளைவுகளோ ஏற்படுவதில்லை. நோயின் இயற்கையான தன்மை வலியுண்டாக்குதல். இதனைப் போக்க வலிநீக்கும் மருந்துகள் தரப்படுகின்றன. மருந்துகளுக்கான விலை மட்டுமே, அதுவும் மலி வானதாகவே பெறப்படுகின்றது. பல நோயாளிகளுக்கு இலவச சிகிச்சையே அளிக்கப்படுகிறது.

ஏற்கனவே நோயாளியானவர் பிற மருத்துவமனையில் சிகிச்சை பெற்றபின் வந்தால், அவர் உடலிலிருக்கும் நச்சுத் தன்மை முதலில் அகற்றப்படுகிறது. அறுவை சிகிச்சைக்கு நோயாளி ஆட்பட்டிருந்தால், திசுக்களில் அழியும், அங்க சிதைவுகளும் சிக்கல்களும் ஏற்பட்டிருக்கும். கடுமையான இரத்தச் சோகையுள்ள நோயாளிகள் சக்தியிழந்த நிலையில் பலவீனமாயிருப்பார்கள். இவர்கள் மரண வாயிலில் நிற்கும் நோயாளிகள் ஆவர்; ஏனெனில் மேனாட்டு வைத்திய முறையால் இது அவர்களுக்கு ஏற்பட்டுள்ள நிலைமை. இனிமேலும் ஒன்றும் செய்வதற்கில்லை என கையை விரித்து நோயாளியை, மருத்துவமனையிலிருந்து வெளியே அனுப்பிவிடுவார்கள்! அந்நோயாளிக்காக ஏகப்பட்ட பணத்தை சிலவழித்த அவரின் உறவினர்களுக்கு நோயாளியின் இறுதிக் காலம் நெருங்கிவிட்டது என்ற உன்மை தான் தெரிய வருகிறது. அப்படிப்பட்ட நோயாளிகளுக்கும் நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சையே அளிக்கப்படுகிறது; பல நோயாளிகளும் குணம் பெற்று நன்கு வாழத் தொடங்கிவிட்டார்கள்; மிகச் சிலரே தோல்வியைத் தழுவியுள்ளார்கள். எனவே மேனாட்டு சிகிச்சைக்கு ஆட்படாமல் ஆரம்ப காலத்திலேயே வருபவர்களே மற்றவர்களைக் காட்டிலும் சிகச்சையில் விரைவாக வெற்றி பெறுகிறார்கள்.

28. நீங்கள் சிகிச்சை செய்யும் சமயத்தில் ரண சிகிச்சையை ஓர் ஈடு செய்யும் முறையாக சிபாரிசு செய்வீர்களா?

கிடையவே கிடையாது. ரன சிகிச்சை குறுக்கிட்டால் அரிப்பிற்கான திசுவில் மேலும் எரிச்சல் ஏற்படுகிறது.

மேலும் அது நோய் இடமாற்றத்திற்கான சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்தி தூங்குகின்ற நோயின் ஒரு பகுதியை அதிகரிக்கச் செய்கிறது. எனவே ரண சிகிச்சையின் தலையீட்டை நான் சிபாரிசு செய்வதேயில்லை.

29. நீங்கள் தரும் மருந்துகள் தவிர்த்து வேறு சிகிச்சை முறை என்ன?

இப்படிப்பட்ட அச்சுறுத்தும் நோய்க்கான சிகிச்சையை இரு பிரிவுகளாகப் பிரிக்கலாம். ஒன்று தடுப்பு சிகிச்சை, மற்றொன்று குணமாக்கும் சிகிச்சை, தடுப்பு சிகிச்சை நோய் மேலும் அதிகரித்துவிடாமல் இருக்க அளிக்கப்படுகிறது. இந்நூலின் இரண்டாம் பகுதியில் கூறப்பட்ட அனைத்தையும் நோயாளி கடைப்பிடிக்க வேண்டும். நோயின் தன்மை நோயின் நிலைமை இவற்றிற்கு ஏற்றவாறு குணமாக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. ஏற்கெனவே மேனாட்டு அலோபதி சிகிச்சை பெற்ற நோயாளியாயிருப்பின் அவருக்குத் தரப்படும் சிகிச்சையானது மாறுபட்டிருக்கும். வேறு எந்தவிதமான சிகிச்சைக்கும் உட்படாமல் வரும் நோயாளிகளுக்குத் தரப்படும் சிகிச்சை வேறு. எனவே நோயாளிகளின் ஒவ்வொருவருடைய நோயின் நிலைக்கேற்ப, செய்யப்படும் சிகிச்சை மாறுபாடும் வித்தியாசமும் கொண்டதாயிருக்கும். சிகிச்சை பெறும் காலமானது ஆறு மாதம் முதல் சில வருடங்கள் வரையிலும் கூட வித்தியாசப்படும். பொறுமையுடன் சிகிச்சை பெறுவோருக்கு பெரும் பலன் கிட்டும்; நோயிலிருந்து விடுதலையும் கிடைக்கும்;

30. கடுமையாக நோயுற்ற நோயாளிகளுக்கு தங்கிட வைத்திய சாலை வசதி தேவை. அதை ஏற்படுத்த ஏதாவது திட்டமிட்டுள்ளீர்களா?

பேரவாவுடன் அருமையான திட்டங்கள் பலப்பல தீட்டியிருந்தேன். துவக்கத்தில் சிகிச்சைக்காகத் தங்கக்கூடிய நோயாளிகளுக்கு வைத்தியசாலை ஒன்று கூட

ஏற்படுத்தினேன். ஆனால் தக்க உதவி இல்லாததால், திட்டப்பணிகளை சரி வர நிர்வகிக்க முடியவில்லை. எனக்கு வருத்தம் தான். சந்தேகமில்லை. ஆனால் தக்க உதவியும், சேவை மனப்பான்மையுள்ளவர்களும் எனக்குக் கிடைத்தால், இப்பொழுதும் நான் பணி செய்யத் தயார். வயதாகிக்கொண்டு போகிறது நிச்சயமற்ற நம்பிக்கைகளும் தொடர்கின்றன.

31. இந்த பரம்பரையைத் தொடர, உதவியாளர்களுக்குப் பயிற்சியளித்துள்ளீர்களா?

சில பேருக்கு பயிற்சி அளித்துள்ளேன். எதிர்காலத்தில் இப்பணியைத் தொடர அவர்களால் முடியும். ஆனால் அவர்கள் பட்டம் பெற்றவர்கள் இல்லை



புற்றுநோயை குணப்படுத்தலாம்
இரண்டாம் பாகம்

உடலில் ஏற்பட்டுள்ள தீவிரமான ஒரு நச்சுத் தன்மை தான் புற்று நோய். இந்த நச்சுத் தன்மையானது மானிட உடலின் நிணநீர் சுரப்பு உணவுக்குழாய்களையும் தொண்டை, ஆண்குறி, வயிறு, நுரையீரல், கல்லீரல் என்று பல பகுதிகளையும் மற்ற உறுப்புகளையும் தாக்குகிறது. மிகவும் முன்னேற்றமடைந்த நிலையிலிருப்பதாக கூறப்படும் மேனாட்டு (அலோபதி) மருத்துவத்தில் புற்றுநோயைக் குணமாக்க இன்னும் மருந்துகள் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. இந்த அஞ்சத்தக்க நோயைக் குணமாக்க லட்சக்கணக்கான டாலர்கள் அமெரிக்கக் கம்பெனிகளால் செலவழிக்கப்பட்டு வருகின்றன. சாதாரணமாக பரவும் ஜலதோஷம், ஜுரம் போல இந்தப் புற்றுநோயும் பல வடிவங்களில் பவனி வருகிறது.

புற்றுநோயாளிகளின் உடலிலுள்ள நச்சுத் தன்மையை நீக்கக்கூடிய ஒரு மருந்தினை மருந்து கம்பெனிகள்

தயாரிக்க முடியுமானால், புற்றநோய் மட்டுமல்ல, மற்ற கொடிய நோய்களிலிருந்தும்கூட நோயாளியைப் பாதுகாத்து விடலாம். உடலில் நச்சுத் தன்மை ஏற்படுவதினாலேயே மனித உடலில் பல நோய்கள் உண்டாகின்றன. மேனாட்டு (அலோபதி) மருத்துவம் புற்று நோயின் காரணத்தை கண்டுபிடிக்கவில்லை. புற்றுநோயைக் குணமாக்க வேறு எந்த வழியும் இல்லை.

புற்று நோய் ஏற்கனவே குறிப்பிடுள்ளபடி உடலில் உள்ள நச்சுத் தன்மையின் புறவெளிப்பாடேயாகும். இந்த நோயாளிகளுக்குத் தரப்படும் நச்சுத்தன்மை நிறைந்த சிகிச்சையானது எரியும் நெருப்பில் எண்ணை விடுவது போல் ஆகும்.

கலப்படம் செய்யப்பட்ட உணவு வகைகள், சுத்தமற்ற சாப்பாடு, மருந்து மாத்திரைகள், செயற்கையான இரசாயன மருந்துகள், வடிநீர், அம்மை தடுப்பு ஊசிகள், புகையிலை, மதுவகை, அழுகிய மாமிசம், அசுத்தமான சூழ்நிலை, அசுத்தக் காற்று, ஆரோக்கியமற்ற குடிநீர் இவற்றின் மூலமாக நச்சுத்தன்மை உடலில் பரவுகிறது. கருப்பையிலிருந்து வெளிவந்த உடனேயே குழந்தைக்கு நச்சுத்தன்மையுள்ள மருந்து கொடுக்கப்படுகிறது. ஊசி மூலம் நோய் தடுப்பு மருந்தும் தொடர்கிறது முத்தடுப்பு ஊசி மருந்தும் (Triple antigen) சிசுவிற்குத் தரப்படுகிறது. அந்நாளைய சட்டப்படி கட்டாயப்படுத்தப்பட்டிருந்த அம்மை தடுப்பு ஊசி மருந்தை மகாத்மா காந்தியே எதிர்த்தார். சில வருஷங்களுக்கு முன்னால் அதற்கு சாவு மணி அடிக்கப்பட்டது.

1954-55ல் பெற்றோர்களின் சம்மதமின்றியே பள்ளிக் குழந்தைகளுக்கு பி. சி. ஜி. ஊசிகள் போடப்பட்டு, அவை பயங்கர விளைவுகளை ஏற்படுத்தின. பல குழந்தைகள் கண் பார்வை இழந்தனர்; கேட்கும் சக்தியை இழந்தனர், அவர்களின் கைகளும் கால்களும் முடமாயின. இந்த பி. சி. ஜி-யின் கொடுமையை எதிர்த்து

மூதறிஞர் சி. இராஜகோபாலாச்சாரியார் அவர்கள் தனிமையாகப் போராடி, வெற்றியும் பெற்றார். ஆனால் மருத்துவ உலகம் அவரை வைதான, அறியாமை நிறைந்த சாதாரண மனிதரென ஒதுக்கித் தள்ளியது.

பல்கலைக் கழகங்களும் புத்தகங்களும் ஏட்டு அறிவினை மட்டுமே வழங்க முடியும். ஆனால் வாழ்வின் யதார்த்தங்களை எதிர்நோக்கும்போது தவிர்க்க முடியாத தோல்வியைத் தழுவுகின்றன. நேரடியான கண்பார்வை மூலமாகக் கிடைக்கக்கூடிய தனிப்பட்ட அனுபவமே மதிக்கத்தக்கது. அதுவே நம்பத்தக்கதும் மற்ற துன்பங்களையும், ஆராய்ச்சி முடிவுகளையும் விட மேலோங்கி நிற்பதுமாகும்.

சிகிச்சையானது ஐயப்பாடுடன் கூடியதாக அல்லது ஆராய்ச்சியை அடிப்படையாகக் கொள்ளாத வகையில் அமையக்கூடாது என்று பாரசல்சஸ் எனும் மேதை செல்கிறார். சிகிச்சை முறையானது அனுபவ அறிவின் அடிப்படையில் பெறப்பட வேண்டும். அனுபவமே நீதிபதி, அனுபவரீதியில் ஓர் உண்மை தெரிய வந்தால், அது ஏற்றுக் கொள்ளப்படவேண்டும்; நமது மூதாதையர்களும் இயற்கையின் துணையைக் கொண்டே ஆரோக்கியமான வாழ்வு வாழ்ந்திருக்கின்றனர்

மேனாட்டு அலோபதி சிகிச்சை இறக்குமதியாவதற்கு முன்னால் இந்திய மக்கள் மூலிகைகளையும் இலேகிய வகைகளையும் கொண்டே தங்கள் நோய்களைத் தாங்களே குணமாக்கிக் கொண்டு வாழ்ந்தார்கள். மனித இனத்தைப்பற்றியும் ஜட வஸ்த்துக்களைப்பற்றியும் மிக நுண்ணிய அறிவு படைத்திருந்த நமது சித்தர்களுக்கும் மகரிஷிகளும் கூறியவற்றில் அவர்கள் நம்பிக்கை வைத்திருந்தனர்.

மருத்துவ உலகமே தீர்க்க முடியாமல் திணறிக்கொண்டிருந்த கொடிய வியாதிகளை நரிக்குறவர்கள் குணமாக்கி வந்ததை அனுபவத்தில் நான் கண்டிருக்கிறேன். வாழ்வின் உயிர்

நாடியும் மரணமும் எப்படி இயங்குகின்றன என்பது பற்றி அறிந்த மருத்துவர்கள் அபூர்வமே; சில மருத்துவர்களும் ரணசிகிச்சையாளர்களும்,தங்கள் பெயர்களுக்குப் பின்னர் நீண்ட எழுத்துக்களைப் போட்டுத் தங்களை நிபுணர்களாகக் காட்டிக் கொள்ளுகிறார்கள். இந்த எழுத்துக்கள் ஏட்டுப்படிப்புக்குரிய முத்திரையே ஆகும்.

அத்துடன், நோயைப்பற்றி இவர்கள் எடுக்கும் முடிவு தெளிவற்றதும் தீர்மானமற்றதுமாகும். மனித உடலில் உள்ள நோய்களை மிகச்சரியாக அறிவதற்கு உரிய முறையாக 'ஸ்கேனிங்' (ஊடுருவிக் கண்டறியும்)எனப்படும் முறை போற்றப்பட்டு வருகிறது. ஆயிரம் அதற்கும் மேற்பட்ட 'ஸ்கேனிங்' செய்யப்பட்ட பிறகும் கூட, அவர்கள் முடிவு தெரியாத அறிக்கைகளை வெளியிடுகின்றனர். ஒரு நோயாளியை ஸ்கேனிங் செய்து பார்த்தபிறகு, மிகப் பெரியதும் புகழ் பெற்றதுமான விஞ்ஞான ஆராய்ச்சிச் சாலை கீழ்க்கண்ட அறிக்கையை வெளியிட்டுள்ளது

"தீவிரமான நோயினால் கணையத்தின் தலைப்பகுதியில் ஏற்பட்டுள்ள தடையினால் மறைமுகமாகத் தாக்கக்கூடிய மஞ்கள் காமாலையை பெரும்பாலான ஸ்கேன் அறிக்கைளில் 'அனேகமாக, சாத்தியமாக' முதலிய சொற்களையே நாம் காண முடிகிறது நமது மருத்துவர்களில் பலருக்கு 'ஸ்கேன்' வடிவங்களைப் புரிந்துகொள்ளும் திறமை இல்லை. ஸ்கேன் கண்டறியப்பட்ட நாட்டுக்கே அவர்களை அனுப்பி பயிற்சி தருதல் நன்று.

ஓர் எம்.டி.-யின் அறிக்கைதான் மேலே தரப்பட்டடுள்ளது. எனது மருத்துவ சிகிச்சை காலத்தில் நான் கண்ட பல நூற்றுக்கணக்கான அறிக்கைகளில் இது ஒன்று, 'நோய் தீவிரத்தின் துவக்கம்' என்று சில அறிக்கைகள் குறிப்பிடும். மேற்செல்லப்பட்ட எம்-டி. சென்னையிலுள்ள அரசு பொது மருத்துவமனையில் பணிபுரியும் அறுவை சிகிச்சை மருத்துவர் ஒருவரிடம் அந்நோயாளியை

அனுப்புவித்தார். விஞ்ஞான முறையிலான ஸ்கேனிங் இயந்திரம், ஒரு எம்.டி-க்கு தெரிவித்துள்ள ஆராய்ச்சி முடிவுதான் எவ்வளவு திகைப்பூட்டக்கூடியதாக இருக்கிறது?

பூர்வாங்கமாக செய்யப்பட்ட அறுவை சிகிச்சைக்குப்பிறகு, அந்நோயாளியின் கல்லீரலின் உள்புகுந்துள்ள புற்றுநோய்க் கட்டியொன்று வயிற்றில் இருந்ததைக் கண்டார். பிறகு வயிற்றை முன்போல் மூடி, 'இனி சிகிச்சையளிப்பதில் பலனில்லை; நோயாளி இன்னும் இரண்டு அல்லது மூன்று மாதங்களே உயிர் வாழ்வார்' என்று கருத்தை தெரிவித்து, நோயாளியைத் திருப்பி அனுப்பிவிட்டார்.

விஷயம் அத்துடன் நிற்கவில்லை. புற்றுநோய் சிகிச்சை நிபுணர் ஒருவரிடம் அந்நோயாளி அனுப்பப்பட்டார், நிபுணர் முதலில் அந்நோயாளிக்கு வேதியல் மருந்து சிகிச்சை (Chemo therapy) அளித்தார் எவ்விடமும் கிடைக்கும் நச்சுத் தன்மையுள்ள மருந்துகளைக் கொடுத்தார், கடைசியில் அவர் வலி நிவாரண மருந்துகளையும் உள அமைதி ஊக்கி (transquilisers) களையும் தந்து நோயாளியின் பணப் பையைக் காலி செய்து நோயாளியை வெளியே அனுப்பி விட்டார்.

இந்த சிகிச்சை முடிவடையும் தறுவாயில், சிகிச்சைக் குள்ளான துரதிருஷ்டசாலியின் சக்திக்குட்பட்ட பணம் அத்தனையும் செலவழிக்கப்பட்டு விட்டது. உயிர் ஊசலாடும் நிலையில், அவர் வீடு திரும்பினார்; வாந்தி, பொறுக்கமுடியாத வலி இவற்றிற்கு ஆளாகி உயிர் துறந்தார்.

மருத்துவ நிபுணர்கள் என்று சொல்லிக்கொள்ளும் சிலர் அறிவற்ற மனிதர்களிடம் காணத்தக்க முரட்டுத்தனமும், தன்னைப்பற்றி அளவிற்கு மீறிய பெருமையுணர்ச்சியும் நிறைந்தவர்களாக உள்ளனர்.

ஒருசிறந்த மருத்துவரானவர் பிறக்கும் போதே ஒரு மருத்துவர் ஆவதற்காகக் பிறந்தவராத இருத்தல் வேண்டும்

என பாரசெல்சஸ் Paracelsus) எனும் அறிஞர் சொல்கிறார். எனவே மருத்துவத்துறைக்குப் பெருமை சேர்க்கும் வகையில் எதையுமே சாதிக்காமல்-ஆனால் அதற்குத் தீமை புரியக்கூடிய அலட்சியமான நோக்குடன் நடந்துகொள்ளும் மாணவர்கள் நிறைந்ததாக மருத்துவத்துறை இருப்பதைக் கண்டு யாரும் ஆச்சரியப்படவேண்டாம். வாழ்க்கை முழுவதும் ஆற்றலிருக்கும் பணி உடன் பிறந்ததாக இருக்க வேண்டும்.

'ஒரு அநீதியான மருத்துவர்தான் விதையாவிட்டாலும் அறுவடை செய்கிறார்; இவர்கள் ஊளையிடும் ஓநாய்கள்; தனது இலாபத்தைப் பெருக்குவதற்காக அறுத்துச் சேர்க்கிறார்கள். அன்பு உணர்ச்சியைப் பற்றி அவர்களுக்கு அக்கறையில்லை. பணமே குறியாக இருக்கும்போது, பொறாமை, வெறுப்பு, சுயகௌரவம், அளவற்ற சுயமதிப்பீடு இவைகளே நிச்சயம் தலையெடுக்கும். அத்தகைய ஆசை உந்துதல்களிலிருந்து கடவுள் நம் எல்லோரையும் காப்பாற்றட்டும்!' என்று பாரசீல்சஸ் மேதை குறிப் பிடுகிறார். மேலும் நிச்சயம் மரணத்திற்கு இட்டுச் செல்லும் வியாதி எதுவுமே கிடையாது; ஒன்று கூட விடப்படாமல் எல்லா வியாதிகளையுமே குணப்படுத்திவிட முடியும், வியாதிகளுக்கு எப்படி முறைப்படி சிகிச்சையளிப்பது என்பது தெரியாமலும் பிறப்பையும் இறப்பையும் பற்றிய அடிப்படையான சாராம்சங்களை அறியாமலிருப்பதாலும் தான் அவ்வியாதிகளிடமிருந்து நம்மை நாமே காத்துக்கொள்ள முடிவதில்லை. என்கிறார். நிவாரணமளிக்கக்கூடிய சிகிச்சை கண்டுபிடிக்கமுடியாத அளவிற்கு எந்த நோயும் இல்லை! ஒரு நோய்க்கு நிவாரணமாக மூலிகை, இன்னொரு நோய்க்கு நிவாரணமாக தாதுப்பொருள், பிறிதொரு நோய்க்கு உலோகம், மற்ற நோய்க்கு வேறுவகை மாற்று என்று குணப்படுத்தும் மருந்து எப்பொழுதும் இருக்கிறது. நோயின் அடையாளங்களை வைத்து அல்லாமல் அந்நோய்க்கான காரணத்தையும் கொண்டு அந்நோயின்

இயற்கைத் தன்மையையும், வியாதியின் வீரியத்தையும் கண்டுபிடிக்க வேண்டும். நாம் புகையை மட்டும் வெளியேற்றுவதில் பலனில்லை; நெருப்பினையே அணைக்க வேண்டும். இதைப்போலவே, ஒரு மருத்துவர் கண்களுக்குத் தெரிந்தவற்றின் மீது மட்டும் கவனம் செலுத்தாமல், நோயின் அடிப்படைக் காரணத்தின் மேல் தனது கவனத்தைச் செலுத்த வேண்டும். நெருப்பின் புற அடையாளம் தான் புகை; மேனாட்டு மருத்துவம் இந்தப் புகையை மட்டும் ஒழிக்கிறது.

உணவுக் கட்டுப்பாடுகள்

அலோபதி அதாவது மேனாட்டு சிகிச்சையை செய்துவரும் மருத்துவர்கள் தகுந்த உணவுக் கட்டுப்பாடுகளை நோயாளிகளுக்குச் சொல்வதில்லை. இதுவும் துரதிருஷ்டமே! ஒரு மருத்துவர் ஆரோக்கியத்தின் சரியான அர்த்தத்தைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமானால் நூறு இன்னும் சரியாகச் சொன்னால் ஆயிரம் வகையான வயிறுகள் இருப்பதையும் கட்டாயம் தெரிந்து வைத்திருக்க வேண்டும். இது தொடர்பாக நீங்கள் ஆயிரம் பேர்களைக் கூட்டினால், ஒவ்வொருவரும் மற்றவரைப் போலல்லாமல் வித்தியாசமான தன்மை கொண்ட ஜீரண சக்தியும், இயல்பைப் பெற்றிருப்பார். ஒருவர் வயிறு அதிக ஜீரணம் இன்னொருவரது வயிறு குறைந்த ஜீரண சக்தியும் பெற்றிருக்கும்; எனினும் அவரவர் வயிறு அவரவர்களுக்குப் பொருத்தமுள்ளதாக இருக்கும்.

எனவே, வித்தியாசமான உணவுக் கட்டுப்பாட்டு முறைகள், ஒருவரது நோயைக் குணமாக்குவதற்காகமட்டுமில்லாமல் அவருடைய ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாப்பதற்காகவும் விதிக்கப்பட வேண்டியவையாகும்.

கல்லீரலின் ஆரோக்கியத் தன்மை பலநூறு வகைப்பட்டவையாக உள்ளன. ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் ஒவ்வொரு வகை கல்லீரல், இதனால் ஒருவர் குடிக்கும் அளவிற்கு மற்றவரால் குடிகக முடியாது என்பதும் ஒருவரது தாகத்தைப் போலவே மற்றவரது

தாகம் அளவும் இருக்காது என்பதும் தெரிகிறது. வித்தியாசப்பட்ட தன்மைகள் கொண்ட ஆரோக்கியத்தினால் இவ்வுண்மை தெளிவாகிறது. இத்தன்மையை நோயாகக் கொள்ளுதல் கூடாது. நமது நவீன மருததுவர்கள் இவ்விஷயங்களைப பற்றி சிறிதும் அறியாதவர்கள். மாறாக, அவர்கள் புற்றுநோய் வந்த நோயாளிகளுக்கு நச்சுப்பண்புள்ள வேதியல் சிகிச்சையைச் (Chemo therapy) செய்கிறார்கள்; நச்சுத் தன்மை உள்ள பிராணிகள் அல்லது பறவைகளுடைய மாமிசங்களைச் உண்ணும்படியும் அறிவுறுத்தப்படுகிறார்கள். அதிசயத்திலும் அதிசயம்!

அனுபவத்தின் அடிப்படையில் பரிட்சார்த்தமாக சோதிக்கப்பட்டுப் பலன் தந்த சிகிச்சை முறைகள் பாதுகாக்கப்பட வேண்டும். அவைகளைப் பழங்காலத்தவை என ஒதுக்கிவிட கூடாது. மாறாக, பரிசோதனைக் குழாய்களிலிருந்து பெறப்படும் புதிய மருந்துகளைத் தேடியோடக் கூடாது. சித்த, ஆயுர்வேத முறை சிகிச்சைகளோ புதியவைகளை சேர்ந்தவை அல்ல. இந்த சித்த, ஆயுர்வேத மருந்துகளின் தன்மை, நன்றாக அறியப்பட்டு பரிந்துரை செய்யப்பட்ட அளவுடன் உட்கொள்ளப்பட்டு உரிய உணவுக் கட்டுப்பாடுகளுடனும் இருந்தால் எந்தவித வியாதியும் குணமாகிவிடும். நமது மூதாதையர்கள் மறுபிறப்பு எடுத்து வந்தால், நமது நவீன மருத்துவ சிகிச்சை முறைகளைப் பார்த்து அதிர்ச்சியடைவார்கள் என்றும் மருத்துவத் தொழிலால் நமது ஏழைஎளிய மக்கள் சுரண்டப்படுவதையும் பார்த்து கண்ணீர் வடிப்பார்கள் என்றும் என்னால் உறுதியாக கூற முடியும்.

பண்டை காலத்தில் வாழ்ந்த சித்தர்கள் மனித குலத்தின் மேல் கொண்ட சிரத்தையினால் மருத்துவக் கலையை விரிவாக்கிக் கொடுத்தார்கள். அது மிகவும் பழமையானதாகவும், பழங்கால மனிதர்களிடம் செல்வாக்குள்ளதாகவும் இருந்து வந்தது. அவர்கள் தங்கள் நேரத்தை உள்முக தியானத்திற்காகவும், இறை வழிபாட்டிற்காகவும் அர்ப்பணித்தார்கள்; இதனால் பல பெரிய விஷயங்களைத் கண்டு பிடித்து நிரூபித்தும் காட்டினார்கள்.

ஆனால், இன்றைய மனிதனுக்கோ அத்தகைய சிந்தனைக்கேற்ற மனப்பக்குவமோ இறைநம்பிக்கையோ இல்லை. இன்று அவர்களது

மனமெல்லாம் உடலுக்கும் உதிரத்திற்கும் இனிமையான விஷயங்களுக்கு மட்டுமே தனித்த முக்கியத்துவம் தருவதாக உள்ளது.

அலோபதி சிகிச்சை செய்யும் திறமைவாய்ந்த மருத்துவர்களுக்கு எதிராக நான் எந்தப் புகாரும் செய்யவில்லை. ஆனால் வெப்பக் கதிர் வீச்சு, வேதியல் சிகிச்சை, அறுவை சிகிச்சை, ரேடியம் ஊசிகள் போன்ற சிகிச்சைகளை புற்றுநோய்க்கு பயன்படுத்துவதைத் தான் கண்டிக்கிறேன். இத்தகைய முறைகளால் நோயினைக் குணப்படுத்த இயலாது என்று நன்றாக அறிந்த பின்னும் இத்தகைய சிகிச்சை முறைகள் ஏன் கைக்கொள்ளப்படுகின்றன என்று எனக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கிறது!

இம்மண்ணுலகில் இந்நாள்வரை வெள்ளணுப்புற்று நோயினால் துன்பப்படும் நோயாளிக்குத் தக்க மருந்து எதுவும் தயாரிக்கப்படவில்லை. இந்நிலையில் நோயாளியின் இரத்தத்தை உறிஞ்சும்படியான வேதியல்சிகிச்சை (Chemo-therapy) வெப்பக்கதிர்வீச்சு (Radiation) போன்ற அசுர சிகிச்சைகள் மேற்கொள்ளப்படுவதை நாம் காண்கிறோம்.

இதனைத் தொடர்ந்து மற்றவரது இரத்தத்தை நோயாளியின் உடலில் செலுத்த நேரிடுகிறது. மனித உடல் இயக்கப்படி, இந்த வெளியார் இரத்தமானது இரண்டு அல்லது மூன்று வாரங்களில் வெளியேற்றப்பட்டு, நோயாளி மறுபடியும் முன்பிருந்த நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறார். அயல் இரத்தம் உட்செலுத்தப்படுவதால் தொடர்ந்து தொல்லைகள் ஏற்படுகின்றன. இதனால் நோயாளி மரணத்தைத் தழுவுவது மட்டுமின்றி, அவருக்காகத் தங்கள் இரத்தத்தை தானம் செய்த அவரது உறவினர்களும் இரத்த இழப்பால் உண்டான பலவீனத்தை ஈடுகட்ட மருத்துவர்களை நாட வேண்டியுள்ளது. அது மட்டுமில்லை. வேதியல் சிகிச்சையாலும், வெப்பக் கதிர் வீச்சாலும், நோயாளி உடலிலுள்ள வெவ்வேறு உறுப்புக்களின் பலவித தேவைகள் அதிகரிக்கப்படுவதால், பரிதாபகரமான சூழ்நிலையில் நோயாளி தனது மரணத்தைச் சந்திக்கிறார்.

மருந்துகளினால் விளையும் ஆபத்துக்கள்

துப்பாக்கிக் குண்டு வடிவில் செய்யப்பட்ட கேப்ஸ்யூல்களையும், மாத்திரைகளையும் விழுங்கி வருகின்ற நவீனப் போக்கு, நம்மை கவலைக்குரிய பின்விளைவுகளை நோக்கித் தள்ளிக் கொண்டிருக்கிறது. இதனால் விளையக்கூடிய அபாயங்களைப் பற்றிய அறிவு பெரும்பாலான நோயாளிகளிடம் இல்லை. நாகரீகமுள்ள நவீன மனிதர்கள் எனப்படுவோர் ஜீவசத்து (வைட்டமின்) மாத்திரைகளையும், வைட்டமின் அடங்கிய உணவு வகைகளையும் தங்கள் மேஜை மீது வைத்துக்கொண்டு, உணவிற்குப் பின்னோ, உணவிற்கு முன்னோ விழுங்கி வருகிறார்கள். பெரும்பாலும் இதுவே இன்றைய வாழ்க்கைப் போக்காகி விட்டது.

தொலைக் காட்சியிலும் வானொலியிலும் வரும் விளம்பரங்களால் இவர்கள் தூண்டப்படுகிறார்கள். நமது குழந்தைகள் கூட தினசரி நாம் பயன் படுத்தும் காய்கறியின் பெயர்களைவிட இந்த மருந்து மாத்திரைகளின் பெயர்களை தெளிவாக உச்சரிக்கிறார்கள். இரசாயனப் பொருள் சேர்க்கப்பட்டதும், கெடாது பாதுகாப்பு செய்யப்பட்டதுமான செயற்கையான உணவுவகைகளைத் தங்கள் பெற்றோர்களுக்குத் தெரியாமல் கூட இவர்கள் விழுங்கி விடுகிறார்கள். இப்படிப்பட்ட மருந்து வகைகளால் தேக ஆரோக்கியத்திற்கு உண்டாகக்கூடிய பெரும்கேடுகளை பெற்றோர்களும் அறியமாட்டார். இத்தகைய தனி உரிமை பெறப்பட்ட மருந்து வகைகளிலும் செயற்கையான உணவு வகைகளிலும் அலுத்துப் போன பெரும் பாலான மேனாட்டினர், இயற்கையான மருந்துகளையும், இயற்கை வகை உணவுகளையும் தேடத் தொடங்கியுள்ளனர்; ஆனால் நமது இந்திய மருத்துவர்களோ இந்த தனி உரிமை பெறப்பட்ட மருந்து வகைகளையே நம்பியோடுகிறார்கள். ஒரு குறிப்பிட்ட நோயாளிக்கு பரிந்துரை செய்யப்பட்ட மருந்து அமெரிக்கா ஐக்கிய நாட்டிலிருந்து சமீபத்தில் தான் இறக்குமதி செய்யப்பட்டது என பொய்யுரைப்பதில் பெருமைப் படுகிறார்கள்.

நமது இந்திய மருத்துவர்களிடமுள்ள தாழ்வு மனப்பான்மை அவமானத்திற்குரியதாகும். தாங்களாகவே மருந்துகளைத் தயாரித் தளிக்கக் கூடிய உந்தும் சக்தி அவர்களிடமில்லை. மருந்துச் சீட்டுகளை எழுதித் தருகின்ற இயந்திரங்களே நமது மருத்துவர். மருந்துத் தயாரிக்கும் நிறுவனங்கள் இம்மருத்துவர்களின் மீது படையெடுத்துச் சூழந்து கொண்டு பலவித மாத்திரைகளும், கேப்ஸ்யூல்களும் நிறைந்த பொன் வெள்ளி வண்ணங்களுடன் கூடிய காகிதத் தகடுக் கத்தைகளை இலவசமாகத் தள்ளிவிட்டுப் போகிறார்கள். மருந்து விற்பனைத் தரகர்களே இந்த மருந்துகளின் தன்மை பற்றியும், எதற்காக அவை பயன்படுத்தப்பட வேண்டும் என்பதைப் பற்றியும் மருத்துவர்களுக்கே சொல்லித்தருகிறார்கள். மருத்துவர்கள் இந்த இலவச மருந்துகளை இலாப நோக்கம் கருதிக் நோயாளிகளுக்கு கொடுத்து விடுகிறார்கள். மருந்துக் கலவைகளை பற்றிய அறிவினை மருத்துவர்கள் பெறாதவர்களாதலால், நமது மருத்துவர்களுக்கு அவைகளிலடங்கியுள்ள பகுதிப்பொருட்கள் (ingredients)பற்றித் தெரிவதில்லை.

அமெரிக்க ஐக்கிய நாட்டில் மருத்துவ மூலிகைகளை விட்டு மருந்துகளாகப் பயன்படுத்தும் முறை வேகமாகப் பெருகிக் கொண்டு வருகிறது. இத்தகைய போக்கிற்குத் துணைசெய்யும் வகையில் உலகச் சுகாதார நிறுவனமும் எல்லாவகைத் தாவரங்களைப் பற்றியும், மருத்து உற்பத்தியில் பரம்பரை மருந்துகளைப் பற்றியுமான இறுதியான ஆராய்ச்சி முடிவுகளை வெளியிட்டு வருகிறது இந்த அட்டவணையில் ஆராய்ச்சிக்குரிய தாவரஇனங்களின் எண்ணிக்கை 20,000த்தைத் தாண்டிக் கொண்டிருக்கிறது.

உலகளவில் மிகச் சாதாரணமாக பயன்படுத்தப்பட்டு வரும் மூலிகை மருந்துகளையும் உலகச் சுகாதார நிறுவனம் ஆராய்ந்து கொண்டிருக்கிறது. 1975-76ல் ஜெனீவா நாட்டில் நடைபெற்ற உலகந்தழுவிய நிபுணர்கள் மாநாட்டில் வயிற்றுப்போக்கு (Diarrhoea) உயர் ரத்த அழுத்தம் (hypertension) சில நீரழிவு நோய் வகைகள் முதலியவற்றிற்கு குறிப்பிட்ட மூலிகை மருந்துகளை பரிந்துரை செய்தனர்.

நம் மருத்துவர்கள் கவர்ச்சிகரமாக விளம்பரப்படுத்தப்பட்ட பானவகைகளையும், உணவு வகைகளையும் அவற்றினால் விளையும் தீய பலன்களைப்பற்றியும் சிந்தியாது பரிந்துரை செய்து விடுகின்றனர். சுத்தமான பசுவின் பாலில் எல்லாவித தாது உப்புக்களும், புரதச் சத்துக்களும் உள்ளன. மற்ற எந்தவித உணவுமின்றி, பாலை மட்டுமே உட்கொள்ளுவதால் வருடக் கணக்கில் தொடர்ந்து உயிர் வாழலாம். நமது மருத்துவர்கள் வெண்ணை, நெய், ஆகியவற்றை விரும்பத் தகாததாகக் கொள்கின்றனர். கொழுப்புச் சத்தினைக் கண்டு அவர்கள் அஞ்சுவதே அதற்கு முக்கியக் காரணம். நம் நாட்டைப் போன்ற வெப்பமண்டல நாட்டு மக்களின் ஆரோக்கிய வாழ்க்கைக்கு வெண்ணையும் நெய்யும் மோரும் மிக அவசியமானவை. இயந்திரத்தின் பாகங்களில் உராய்வு நீக்கும் எண்ணையைப் போன்று நமது வயிற்றிலும், குடல்களிலும், அமிலத்தன்மையும் உஷ்ணாதிக்கமும் ஏற்படாமல்காக்க வெண்ணையும் நெய்யும் துணை புரிகின்றன. யூரியா உப்பு (urea) சூபர் பாஸ்பேட் (super phosphate) முதலிய ரசாயன எருக்களின் துணையின்றி பயிரிடப்பட்ட காய்கறி வகைகளையும், கீரை வகைகளையுமே நமது மூதாதையர்கள் உண்டு வந்தார்கள். தற்போதோ, அத்தகைய ரசாயன எருக்களைப் பயன்படுத்தி காய்கறிகள், கீரைகள் இவைகளின் வளரும் வேகத்தை விரைவாக்கி, அதிக வளர்ச்சியுள்ளதாகவும் ஆக்கி விடுகின்றனர். இத்தகைய ரசாயன எருக்கள் பயன்படுத்துவதை அரசாங்கம் தடை செய்ய வேண்டும். நமது விவசாயத் துறையோ தொலைக்காட்சி, வானொலி சாதனங்களின் மூலம் ரசாயன உரக்கலவையைப் பயன்படுத்தக் கோரி முழக்கம் செய்கிறது.

செயற்கையான ஜீவசத்து மாத்திரைகளால் (Vitamin pills) விளையும் தீங்குகள்.

ஜீவசத்து மாத்திரைகள் (A.B.C, Dமற்றும் E) ஏ.பி.சிடி.இ இவைகளை நீண்ட காலத்திற்கு உட்கொண்டு வந்தால் சிறுநீரகம் பழுதடைதல், பித்தபையில்கல்கள் தோன்றுதல் (Gallstones) கைகால் நரம்புகள் பாதிக்கப்பட்டு பாரிச வாயு (Paralysis) ஏற்படுதல் போன்ற விளைவுகளுக்கான நச்சுத் தன்மையை உண்டாக்கும் என்பது இலண்டன் நாட்டுமருத்துவர்களது கணிப்பு. குழந்தைகளின் புத்தி கூர்மையை அதிகரிக்கும் ஆசையுடன் ஜீவ சத்து மாத்திரைகளை, குழந்தைகளுக்குத் திணித்தல்கூடாது என்று அவர்கள் வலியுறுத்துகிறார்கள்; இதனால் நல்ல பலன்கள் விளைவதைவிட தீய பலன்களே விளைய இடமிருக்கிறது. (இந்தியன் எக்ஸ்பிரஸ் 2-2-1988.)

எனது அனுபவத்தில் ஜீவசத்து மாத்திரைகள் உட்கொண்டு வந்த பல சிறுமிகளும், சிறுவர்களும் இயற்கைக்கு மாறாக உடல் பருத்து வளர்வதைக் கண்டேன்.

பற்பசை, முகப் பூச்சுக்கள் முதலியவை அவைகளின் ருசிக்காகவும், மணத்திற்காகவும் பயன்படுத்தப்படுவதால், அவைகள் முக்கியமாகக் குழந்தைகளுக்கு-இயற்கைக்கு புறம்பான இயக்கு நீர் (உறார் மோன்) சுரப்பில் ஒழுங்கற்ற தன்மையை உண்டாக்குவதாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளது. மேலும், பற்பசையில் இரசாயனப் பொருள்கள் கலந்திருப்பதால், ஈறுகள் அரிப்பிற்குள்ளாதல், பற்களில் சிதைவு-ஆகியன ஏற்பட நிறைய வாய்ப்புண்டு. எனவே, தங்கள் குழந்தைகளுக்கு பற்பசை, பிரஷ் ஆகியவற்றைத் தந்து பழக்கப்படுத்த வேண்டாம் என நான் பெற்றோர்களை எச்சரிக்கிறேன்.

அமெரிக்காவில் ஐந்தே வயதுள்ள ஒரு பெண் குழந்தைக்கு அதன் மார்பகங்கள் பெரிய அளவில் வளர்ந்து வருவது தெரிந்தது. அக்குழந்தையைப் பலவகையில் பரிட்சித்துப் பார்த்த டாக்டர்கள் இவ்விளைவு அக்குழந்தை உறார்மோன்ஸ் கலந்துள்ள முகப் பூச்சுக்களைப் பயன்படுத்தி வந்ததால்தான் என்பதைக் கண்டறிந்தனர்.

உணவு வகைகளில் கலந்துள்ள இரசாயனச் சேர்க்கைப் பொருட்கள் நோய்களுக்குக் காரணமாகின்றன. இவைகளை குணமாக்குவது மருத்துவர்களுக்குப் பிரச்சனைக்குரியதாகிறது. அவர்கள் மேனாட்டு (அலோபதி) மருந்துகளைத் தந்து அந்நோயாளியின் உடலில் நச்சுத் தன்மையை பரவவிடுகிறார்கள். இதன் பின்விளைவாக நோயாளி ஒரு வியாதியிலிருந்து மீண்டு இன்னொரு வியாதியால் பீடிக்கப்படுகிறார்.

மருந்துக் கடைகளிலும், சிறிய பெட்டிக்கடைகளிலும் விற்பனையாகின்ற தூக்கமாத்திரைகளையும் உள அமைதியூக்கிகளையும் (Tranquilisers) வாங்கி உட்கொண்டு வருகிறார்கள். மருத்துவர் தரும் மருந்துச்சீட்டு இல்லாமலே இவைகள் விற்பனை செய்யப்படுகின்றன.

சட்ட அனுமதிபெறாத மருந்து வகைகளை விட அங்கீகாரம் பெற்ற மருந்துகள் நமது ஆரோக்கியத்திற்கு அதிகத் தீங்கினை விளைவிக்கின்றன. உதாரணமாக அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகளில் தடை செய்யப்பட்ட ஸ்ட்ரெப்டோமைசின், டெட்ராசைக்கிளின், க்ளோரோமைசிடின் முதலியன விபரீத பக்கவிளைவுகளை உண்டு பண்ணிவிடுகின்றன. இவைகளை பற்றி அறியாத நமது பாமர மக்கள் (இந்த மருந்துகளைத் தந்த) அதே மருத்துவரிடமே மறுபடியும் செல்கிறார்கள்; மருத்துவரோ தன்னால் ஏற்கனவே எழுதித் தரப்பட்ட மேனாட்டு (அலோபதி) மருந்துகளின் நேரடித்தாக்குதலே நோயாளியின் தற்போதைய புதிய நோய்க்கான காரணம் என்பதை அறியாமல், புதிய மருந்தினை எழுதித் தருகிறார். சிறிது கால அனுபவமாக இருப்பினும் எனது அனுபவத்தை வைத்துப் பார்க்கும்பொழுது, மேனாட்டு மருந்து வகைகளைப் கொண்டு சிகிச்சை பெற்ற நோயாளிகள், அவர்களது பிற்காலத்தில் புற்றுநோய், மற்றும் அஞ்சத்தக்க வியாதிகளால் துன்பப்படுகிறார்கள் எனலாம் வெள்ளணுப் புற்றுநோய் (Leukemia) வந்த ஒரு 16 வயது சிறுமி ஒரு பிரசித்தி பெற்ற மருத்துவச் சாலையில் சிகிச்சைக்கு சேர்க்கப்பட்டாள். வெள்ளணுப் புற்றுநோய்க்கான எல்லாவித சிகிச்சைகளுக்கும் அளிக்கப்பட்டன. அவளது நிலைமை மேலும் மோசமாகியது. அந்தச் சிறுமியின் சகோதரன் என்னை வந்து

பார்த்தான். என்னால் அந்தச் சிறுமிக்கு ஏதேனும் உதவி செய்ய இயலுமா என்று கேட்டான். அவளுக்கு அளிக்கப்பட்ட எல்லா சிகிச்சைகளையும் பற்றி என்னிடம் சொல்லிவிட்டு, துக்கமான மனநிலையுடன் என்னைப் பார்த்தான்.

இதற்கு முன்பு அவளுக்கு க்ஷயரோக நோயிருப்பதாகக் கருதப்பட்டு அதற்காக ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் ஊசி மருந்துகள் செலுத்தப்பட்டனவா என்று உடனே அவனை நான் கேட்டேன். அதைக் கேட்டவுடன் சில வினாடிகள் அவன் வியப்புற்று என்னைப் பார்த்தான். பிறகு இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்பு90 ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் ஊசிகள் ஒரு காலவரையறையில் போடப்பட்டதாகவும், மின் கதிர் படம் (எக்ஸ்-ரே) எடுத்துப் பார்த்தபிறகு அவளது ஷயரோக நோய் குணமாகி விட்டது என்று கூறியதாகவும் அவன் சொன்னான். அதற்கு நான் அமைதியுடன், ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் மருந்தின் நேரடித் தாக்குதலே அவளது இன்றைய வெள்ளணுப் புற்றுநோய்க்குக் காரணம் அவள் இப்போது பெற்று வரும் வேதியல் (Chemo therapy) சிகிச்சை, கொடுமையும் அக்கிரமமானதுமாகும். எனது மருந்துகள் எதுவும் அவளுக்குப் பயன்தராது என்று சொல்லிவிட்டேன். அதற்கு அவன் அதுவரை தான் ரூ. 60,000-க்குமேல் செலவழித்து விட்டதாகவும், மேலும் செலவிடத் தயார் என்றும் கூறி, எனது முடிவை மாற்றிக் கொள்ளுமாறு கேட்டுக் கொண்டான்.

அதற்கு நான், "நான் பணத்தை ஒரு பொருட்டாக மதித்திருந்தால் இந்தச் வீட்டிலே உட்காந்திருக்க மாட்டேன். துன்பப்படும் நோயாளிகளுக்கு என்னால் முடிந்த உதவிகளையெல்லாம் செய்து எனது ஆத்மா கடைத்தேறுவதையே எனது லட்சியமாகக் கொண்டிருக்கிறேன்" என்றேன்.

அமெரிக்க ஐக்கிய நாட்டில், கிளர்ச்சியூட்டும் மருந்துவகைகள், உள அமைதி ஊக்கிகள், மதுபானங்கள், மனத்தளர்ச்சி நீக்கும் மருந்துகள்-இவைகளுக்கிடைய சராசரி ஓர் அமெரிக்கன் வருடத்திற்கு ஏழு நாட்கள் முழுக்க முழுக்க தெளிவான அறிவோடு இருப்பது (எதிர்மறையாக இல்லாமல்) அதிர்ஷ்டவசமானது தான் என்று சொல்லப்படுகிறது.

பாமர மக்கள் கூட சிபாரிசு செய்யப்பட்ட சட்ட அங்கீகாரம் பெற்ற உள அமைதியூக்கிகளையும் தூக்க மருந்துகளையும் உட்கொள்கிறார்கள். சட்ட அங்கீகாரம் பெறாத உள அமைதி ஊக்கிகளின் உபயோகம் 50 சதவீதமாக உயர்ந்துள்ளது என்றால் மேற்கூறப்பட்ட சட்ட அங்கீகாரம் பெற்ற உயிர்க்கொல்லி மருந்துகளின் உபயோகம் 200 சதவிகிதம் உயர்ந்திருக்கிறது. 18 வயதுக்குக் கீழுள்ள இளைஞர்கள்கூட இம்மருந்துகளை சாக்லெட்டுகளைப் போல உட்கொண்டு வருகிறார்கள். இத்தகைய உயிர்க்கொல்லி மருந்துகளினால் விளையும் கோரமான விளைவுகளைப் பற்றி நமது தொலைக் காட்சிகளும், வானொலி களும் மக்களுக்கு விழிப்புணர்ச்சியை ஏற்படுத்தக் தவறிவிடக் கூடாது. மாறாக, இந்த விளம்பர சாதனங்கள் நமது வீட்டிற்குள்ளேயே இம்மருந்துகளைக்கொண்டுவந்து தள்ள தீவிரமான செயல்புரிகின்றன.

மருத்துவர்களும், செய்திப் பத்திரிகைகளும் உயிர் காக்கும் மருந்துகள் எனப்படுபவைகளுக்கு விளம்பரம் தருகிறார்கள். பெயரே அபத்தமாகவும் செயற்கையாகவும் உள்ளது. எந்த மருந்தாவது அல்லது மருத்துவராவது ஒரு நோயாளியின் உயிரைக் காப்பாற்றி விடமுடியுமா?

அவர்களால் வலி தரும் அடையாளச் சின்னங்களை அகற்றி தற்காலிகமான நிவாரணத்தை மட்டுமே தர முடியும். பூரண நிவாரணத்தை தர முடியாது. ஒரு மருந்தினால் உயிர்காக்க முடியுமென்றால், எந்த மருத்துவரும் இறக்கமாட்டார். ஆனால் அவர்கள் அகால மரணமடைந்து வருவதை நாம் பார்க்கிறோம். இதில் அதிசயப்படத்தக்கது என்னவென்றால், அவர்கள் தங்கள் நோயாளியிடம் ஒர சிறுபுட்டி ஊசி மருந்தின் விலை (உயிர் காக்கும் மருந்து) ஆயிரம் ரூபாய் என்று சொல்கிறார்கள். மரணத்தை எதிர்நோக்கியுள்ள நோயாளியும் அந்த ஒரு புட்டி ஊசி மருந்து யமனை விரட்டி தனது உயிரைக் காப்பாற்றி விடும் என்ற ஆழ்ந்த நம்பிக்கையுடன் தனது பணத்தைத் தந்துவிடுகிறார். புனிதப் பணியாற்றும் தொழில் மருத்துவர்கள் என்ப்படும் இவர்களிடமும் சிகிச்சை இல்லங்களிலும், (Nursing Home) இத்தகைய போக்கு காணப்படுகிறது.

ஒரு குறிப்பிட்ட நோய்க்கு, அது எவ்வளவு சாதாரண நோயாக இருந்த போதிலும், கடை வீதிகளில் அதற்கான ஏராளமான மருந்து வகைகள் விற்கப்படுவதைப் பார்க்கறோம். மருத்துவர்களே அவற்றில் எந்த மருந்தைத் தாங்கள் எழுதித் தர வேண்டும் என்று தெரியாது குழப்பமடைகிறார்கள். மிகக் குழப்பம் காரணமாக சில மருத்துவர்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட நோய்க்கு உரிய எல்லா மருந்துகளையும் சீட்டில் எழுதித் தந்துவிடுகிறார்கள். இதனால் சோதனைகளும் பின் தவறுதல்களும் எப்பொழுதும் தொடர்கின்றன. வருந்தித் துன்பப்படுவதோ நோயாளி! காலை விடிந்தும் அவனது முதல் வேலையானது மருத்துவரை நாடிச் செல்லத் தன்னைத் தயார்ப்படுத்திக் கொள்ளும் புனிதப்பயணமே!

ஒரு நோயாளி பொறுமையுள்ளவனாகத் தான் இருக்கவேண்டும். உயர்இரத்த அழுத்த நோயாளி (Hypertensive) நீரிழிவு நோயாளி (Diabetic) முன் சிறு குடல் புண் உள்ள நோயாளி (duodenful ulcer), இருதய நோயாளி (Known- Heart patient) ஜீரணஉறுப்புகள் உள்ள நோயாளி (Peptic ulcer) என்பது போல ஒரு சில பெயருடன் நோயாளிபெயரிடப்பட்டு விடுகிறான்.

இயந்திர சாதனங்களால் நோயறிதல் (Diagnosis by Machineries)

இன்றைய மருத்துவர்களில் பெரும்பாலோர் சிகிச்சை இல்லச் சோதனைகள் மூலமாக நோயை இனம் கண்டு கொள்ளும் திறமையற்றவர்களாக இருக்கிறார்கள். நமது நாட்டைப் போன்ற பொருளாதாரத்தில் பின்தங்கிய எளிய நாட்டின் நிதி நிலைமைக்குப் பொருந்தாதவகையில், மிக அதிகமான விலையைக் கொடுத்து அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகள் அல்லது மற்ற நாடுகளிலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்படுகின்ற இயந்திரங்களின் துணையை அவர்கள் நாடுகிறார்கள். மின்-கிரண (X-Ray) ஆய்வு என்பது எல்லாவிதமான நோய் களுக்கும் பொதுவான ஒரு முக்கிய அம்சமாக ஆகிவிட்டது.

கல்வியறிவில்லா ஏழை நோயாளி மின்கிரண ஆய்வினை அவனது நோயைக் குணப்படுத்துவதற்கான சிகிச்சையின் ஒரு பகுதியே என பல நேரங்களில் நம்புகிறான். பல தரப்பட்ட நோய்களுக்கு மின்-கிரண ஆய்விற்குப்பின் (நுட்பமாகஆராயும்) முறையும் தொடர்கிறது. ஒரு நோயாளியால் இவைகளுக்கான கட்டணத்தொகை செலுத்தமுடியுமா ,முடியாதா என்ற பாகுபாடில்லாமல், மனசாட்சியற்ற மருத்துவர்கள் இவைகளைச் சிபாரிசு செய்து விடுகிறார்கள்.

மின்-கிரண ஆய்விற்கு வித்தியாசமில்லாமல் நோயாளிகளை உட்படுத்துவது புற்றுநோய் வரக்காரணமாகும் என்று உலகச் சுகாதார நிறுவனம் மருத்துவர்களை எச்சரித்துள்ளது. ஆனால் நமது மருத்துவர்களோ சிறிதும் மறுபரிசீலனையின்றி நோயாளிகளை மின்கிரண ஆய்வுக்கும் வெப்பக்கதிர் வீச்சுக்கும் உட்படுத்துகிறார்கள்.

ஏனெனில் அம்மருத்துவரது எண்ணிக்கையற்ற மருந்துச்சீட்டுகளின் மூலம் தரப்பட்ட பலவகை மருந்துகள் நோயாளிக்கு நிவாரணமளிப்பதில்லை; நோயாளிக்கு இதற்கு முன் வந்திராத நோய்களையும் உண்டாக்கி விடுகின்றன.

ஒரு மருத்துவர் செய்த சிகிச்சையால் சலிப்படைந்த நோயாளி மின்கிரண புகைப்படங்களுடனும், மற்ற சிகிச்சைக்குரிய குறிப்புகளுடனும், மருந்துச்சீட்டுக்களுடனும் மற்ற டாக்டரிடம் செல்கிறார், இரண்டாவது மருத்துவரோ ஏற்கெனவே எடுக்கப்பட்ட மின்-கிரண புகைப்படங்கள் சரியானவை அல்ல எனச் சொல்லி, நோயாளியை இன்னொரு மின்-கிரண புகைப்பட (X - Ray institute) நிலையத்திற்கு (இது மருத்துவருக்கு அல்லது அவரது மருமகனுக்கு அல்லது அவர். நண்பருக்குச் சொந்தமானதாக இருக்கலாம்) அனுப்புவார்.நோயாளியை இவ்வித கடும் துன்பங்களுக்கு ஆளாக்கிய பின், கடைசியாக மருத்துவர் அவருக்கே அல்லது ஒரு நிபுணருக்கே தெரிந்த காரணங்களுக்காக ஒரு சிகிச்சை இல்லத்திற்கு அனுப்பி விடுவார்.

1988ம் ஆண்டு அக்டோபர் 4ஆம் தேதி இந்தியன் எக்ஸ்பிரஸ் நாளிதழில் வெளியிடப்பட்ட ஸயன்ஸ் எக்ஸ்பிரஸ் இதழில் இப்படி ஒரு செய்தி வந்திருந்தது."சில

நோயாளிகளிடம் கண்டுள்ள தொற்று நோயையும், உடல் உறுப்புகளுக்கு ஏற்பட்டுள்ள பங்கத்தையும் தெரிந்து கொள்ள வழக்கமான மருத்துவ பரிசோதனைகளே போதுமானதாயிருக்க, மின்-கிரண ஆய்வுமுறையும் கோரப்படுகிறது" என்று நாகபுரி அரசு மருத்துவ வைத்தியசாலையின் மின்-கிரண புகைப்படத்துறையின் தலைவர் டாக்டர் வி.ஆர்.புட்டாடா வருத்தத்துடன் தெரிவிக்கிறார்.

தாங்கள் பரிபூர்ணமாகப் பரிசோதிக்கப்பட்டுள்ளோம் என்ற மனத்திருப்தியை பெறுவதற்காகவே பெரும்பாலான எண்ணிக்கையில் பல பணக்கார நோயாளிகள் மருத்துவர்களை மின்-கிரண ஆய்வுப் படம் எடுத்துத் தரும்படி கேட்டுக் கொள்கிறார்கள் என்று அவர் நினைவு கூறுகிறார்.

ஆனால் தங்களது பணவருவாயை மட்டுமே கருதி, மருத்துவர்கள் நோயாளிகளை மின்-கிரண ஆய்வுபடம் எடுக்கச் செய்கிறார்கள் என்பது அஞ்சத்தக்க நிலையாகும். மின் கிரண படப்பிடிப்பினால் ஏற்படக்கூடிய தீங்கான விளைவுகளை அவர்கள் அறியாத காரணத்தால் மக்கள் வெப்பக்கதிர் வீச்சுக்குத் தங்களை உட்படுத்துவதற்கு (தண்டனையாகத் தங்கள் உடலுக்குப் பங்கம் ஏற்படும் என்கிற உணர்வே சிறிது இல்லாமல்) அதனை நாடிச் செல்கின்றனர். இரத்தப பரிசோதனை, சோதனைக் குழாய் பதிசோதனை இது போன்ற வேதனை நிறைந்த மற்ற சிகிச்சை இல்லா பரிசோதனைகள் சரியற்றவை தாம் செய்து வரும் தொழில்களில் வியாபார நோக்குள்ளதாகச் செய்ய வேண்டுமென்ற உந்துதலே பெருகிவரும் இக்காலத்தவரின் மனப்போக்குப்படி, மருத்துவர்களும் நோயாளிகளின் நலனைக் கருத்தில் வைத்து சிகிச்சையளிப்பது அபூர்வமாகிவிட்டது.

வெப்பக்கதிர் வீச்சு (Radiation) க்குப் பின்னர் புற்றுநோய் வரக்கூடிய சந்தர்ப்பங்கள் பற்றி கணிப்பு எடுக்கப்பட்டபோது முதன்முதலாக தெரியவந்தது, என்னவெனின் ஆரம்பத்தில் மின்கிரண ஆய்வுப்படம் (X-Ray) எடுப்போரது கைகளிலுள்ள தோல் பகுதியில் கட்டிகள் உண்டாகியிருந்ததுதான். புற்றுநோய் என்பது மறைந்திருந்து, தாமதித்து பின் விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் நோய். 30 அல்லது 40 வருடங்கள் கழித்த பிறகு கூட வெளிப்படும். குண்டுவெடிகளால் பாதிக்கப்பட்டோர் நீங்கலாக, பல நோய்களுக்காக வெப்பக்கதிர்

வீச்சு சிகிச்சை செய்துகொண்ட மக்களில் பெரும்பாலோரிடம் வெள்ளணுப்புற்று நோய் உண்டாயிருப்பது தெரிந்தது. மேலும், குழந்தைகளிடம் உண்டாகும் வெள்ளணுப்புற்று நோய்க்கான ஆரம்பகால சிகிச்சை மருந்து கிடையாது.

கர்ப்பிணிகள் அவசியமின்றி எல்லா மருத்துவ வெப்பக் கதிர்வீச்சுக்கும் தாங்கள் உட்படுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்; முக்கியமாக வயிற்றுப்பகுதியில் கதிர்வீச்சு தவிர்க்கப்பட வேண்டும்;

நூற்றுக்கணக்கான ஆண்டுகளாய் நோய் தீர்க்கும் வன்மை பெற்றிருந்த பரம்பரை பழக்கத்திலிருந்து வரும் மருத்துவமானது கடந்த மூன்று தலைமுறைகளில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வெளியேற்றப்பட்டு அலோபதி சிகிச்சை முறைக்கு கண்மூடிக் கொண்டு அமைதியான வரவேற்பளிக்கிறது. சிகிச்சையை மேற்கொள்வது நோய்களின் மூலக் காரணத்தை ஆராய்வதற்குப் பதில் நோயின் புற அடையாளங்களை மட்டும் தாக்கி நீக்குவது போலாகும். பார்வை குறைபாடுள்ள மனிதனின் நிலை போன்றதுதான் இதுவும்.

இது சம்மந்தமாக 5-8-1988ல் இண்டியன் எக்ஸ்பிரஸ் நாளிதழில் வெளிவந்த ஒரு செய்தி இங்கே தரப்பட்டுள்ளது "பரம்பரை வழியாக வந்த மருத்துவ முறைகளை நீண்டகாலம் கையாண்டுவருவதால் நிரூபணமாவது கீழ்க்கண்டவை தான்."

நமது பழைய மருந்து வகைகளின் ஒவ்வொரு சிறுபகுதியும் சாதாரணமான அல்லது அபூர்வமான நோய்களை குணமாக்கி வரும். நவீன மருந்துகளுக்கிணையான பல கூடுதல் நன்மைகளையும் இவை பெற்றுள்ளன. எளிய முறையில் பக்குவப்படுத்தக் கூடியதாகவும் மூலப்பொருள்களின்கூறுகளால் ஆக்கப்படக் கூடியதாகவும் இந்த பரம்பரை மருந்துவகைகள் உள்ளன. உள்ளூரில் கிடைக்கக் கூடிய இம்மருந்து வகைகளை தங்களிடம் வரும் நோயாளிகளிடம் சமூக உணர்வுடனும், பண்பாட்டு உணர்வுடனும் கலந்து பழக்கி வந்தார்கள். மூலிகைகள் அல்லது தாதுக்களை மூலமாகக் கொண்ட மருந்து வகைகள் விலையில் மலிவானவை பக்க விளைவுகளை உண்டாக்காதவை. மிகவும் பிரபலஸ்தர்கள் பரம்பரை மருத்துவத்தின் அருமை பெருமைகளை உணர்ந்தார்கள்.

இயற்கை மருத்துவ சிகிச்சை முறைகளைப் படிப்படியாக (எரிச்சலுணர்வற்ற பொருட்கள், உணவு வகைகள், நோயகற்றுவோரிடமும் நோயாளிகளிடமும். உள்ள உடன் உறையும் நோயகற்றும் சக்தி (Healing Power)) மாற்றிவிட்டு மிகவும் கவர்ச்சிகரமானதாகவும் மிக விலையுயர்ந்த நேர்த்தியான வடிவங்களுடன் கூடியதாகவும் உள்ள தொழில் நுணுக்கங்க ரூடன் கூடிய ஆயுத வகைகளின் ஆக்கிரமிப்பிற்கு இடம் தருவது (அறுவை சிகிச்சை, வெப்பக் கதிர்வீசல், பிரதான செயற்கையான இரசாயன மருந்கள் உட்பட) என்பது நாசத்துக்கான பேரமாகும். அதாவது மக்களின் ஆரோக்கியத்திற்குப் பேராபத்தினை விளைவிக்கும் அச்சுறுத்தலேயாகும்.

இதற்கிடையே செயற்கை மருந்துகள் இந்த மத்திய ஆயுதப்படையின் நவீன தொழில்நுணுக்கத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட மருந்துகள் இணைந்து மேலும் மேலும் மிகப்பல நாசம் விளைவிக்கும் பக்க விளைவுகளையும், சிக்கல்களையும் துர்பழக்கங்களையும் சம்பந்தமான நோய்களையும் கூடவே அகால மரணங்களையும் தோற்றுவித்துவிடுகின்றன.

"நவீன சிகிச்சைக்குரிய மருந்து வகைகள் பயங்கரமான உடல் ஆரோக்கிய பிரச்சனைகளை உண்டுபண்ணியுள்ளன. மருத்துவச் சாலையில் சேர்க்கப்பட்ட நோயாளிகளில் 18 சதவிகிதம் முதல் 30 சதவிகிதம் வரையுள்ள நோயாளிகள் மருந்துகளின் எதிர்செயல்பாட்டிற்கு ஆளாகிறார்கள். இதன் விளைவால் அவர்கள் மருத்துவச் சாலையில் தங்க வேண்டிய கால அளவானது இருமடங்காக நீடிக்கப்பட்டு விடுகிறது. மருத்துவச் சாலையில் அளிக்கப்படும் மொத்தச் சிகிச்சை நாள்களில் ஏழில் ஒரு பங்கு காலம் மருந்துகளின் நச்சுப்பண்பால் வரும் விளைவுகளை அகற்றும் முயற்சியிலேயே செலவிடப்படுகிறது என்று 1971ல் சான்பிரான்ஸிஸ்கோவிலுள்ள கலி போர்னியா பல்கலைக் கழகத்தின் மருத்துவப் பேராசிரியர்களான டாக்டர் கென்னத், ஆர். மேலன் ஆகியோர் ஒப்புக்கொண்டுள்ளனர்.

'மருத்துவச் சாலைகளின் பெருக்கம் நாகரிக வளர்ச்சிக்கு அடையாளமாகி விடாது. அதைவிட, அதை அழிவுக்கு

இட்டுச்செல்லும் அடையாளமே" என்கிறார் மகாத்மா காந்தி. (மருந்துகளைப் பற்றி எனது எண்ணம் என்ற நூலில்) ஆனால் காளான்களைப் போல மருத்துவக் கல்லூரிகளும், மருத்துவச் சாலைகளும் பெருகி வருவதை நாம் பார்க்கிறோம்.

அமெரிக்க ஐக்கிய நாட்டில், கலிபோர்னியாவில் உள்ள லாஸ்ஏஞ்சல்ஸில், 1976ல் மருத்துவர்களின் வேலை நிறுத்தம் ஒன்று நடந்தபோது, மரணமடைந்தோர் எண்ணிக்கை விகிதம் மிகக் கணிசமான அளவிற்கு சரிந்து காணப்பட்டது என்று ஜார்ஜ் பெர்க்லி, பி.எச்டி. (GeorgeBerkley) புற்றுநோய் பற்றி தான் எழுதிய புத்தகத்தில் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

தொற்றிப் பரவி அழிவிற்குத் துணைபுரியும் தீராத சீரழிக்கும் நோய்கள் ஏற்பட இம்மருந்துகள் காரணமாகின. இதன் விளைவாகவே இன்று இருதயநோய் உட்பட புற்றுநோய், மிகை இரத்த இழுத்தம் ஒரு தாக்கம், (stroke) மனநோய், நீரிழிவு இவைகளால் பெருவாரியான மக்கள் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர்.

புற்றுநோய் உட்பட பலவித வியாதிகளைக் குணப்படுத்த ஒரு நூற்றாண்டு காலமாக சண்டைசச்சரவுகளுடன் கூடிய உருவணி(metaphoss) உருவாக்கி வருகிறது. கடைசியாக புற்றுநோய் ஒழிப்பிற்கான ஆயுதமாக மிக அதிகபட்ட நச்சுப் பண்புடன் கூடிய வேதியல் சிகிச்சை முறை மருந்துகளே முன்னேறி உள்ளன.

வெப்பக்கதிர்வீசல், வேதியல் மருத்துவம் உள்ளுகருள் வெப்பக்கதிர் வீச்சு தரும் கதிர் ஊசிகளை வைத்தல், (Implantation) அறுவை சிகிச்சை முதலிய சாதனங்கள் இருந்தும், அமெரிக்காவில் புற்றுநோயால் மரணமடைந்து வருவோர் எண்ணிக்கை இருபது சதவிகிதத்திலிருந்து முப்பது சதவிகிதமாக உயர்ந்துள்ளது.

அமெரிக்காவில் முதலிடம் பெற்றிருந்த அறுவை சிகிச்சை நிபுணரும், புகழ்பெற்றவருமான ஒருவரது துக்ககரமான சம்பவத்தைப் பற்றி ஆராய்வோம்.

அந்த மருத்துவர் பெயர் டாக்டர் பால் அட்கின்ஸ். 15 வயதிலி ருந்தே புகைபிடிக்கும் பழக்கமுள்ளவர். அவருக்கு அப்பொழுது வயது 54. தனது இரு நுரையீரல்களிலும் நிணநீர் தண்டில் கனுக்களாக

வெளிப்பட்டிருந்த புற்றுநோயால் அவர் பீடிக்கப்பட்டார். அவருக்குவெப்பக்கதிர்வீச்சு (6000 கதிர் வீச்சளவு) தரப்பட்டது; வேதியல் மருத்துவச் சிகிச்சை தொடர்ந்தது. அவருக்கு குமட்டலும் மற்றும் உணவுக்குழாய் அழற்சி தோன்றின. அதன் விளைவால் எரிச்சலுணர்வும் வலியும் உண்டாயின. உதட்டின்மேல் கொப்புளங்கள் உண்டாயின. அவை பெரிதாகிக்கொணடே வந்தன; முதுகிலும் ஏதோ தொல்லையுணர்ச்சி ஏற்பட்டது மேலுதடு உருக்குலைந்து, அருவருப்புடன் காணப்பட்டது. இரத்த ஓட்டத்தில் புற்றுநோய் பரவியிருந்தது. இருந்தாலும் அவரது தோல் பகுதிகளில் தோன்றியவை இரண்டாம் பக்ஷ நோயின் அடையாளங்களோ என சந்தேகித்து திசு ஆராய்ச்சி(biopsy) செய்யப்பட்டது

பால்அட்கின்ஸ் (PaulAdkins) வேதியியல் சிகிச்சையைக் கண்டு எதற்காகவோ அஞ்சியவர், ஆனால் அவரது மருத்துவ நண்பர்களின் ஆலோசனையின்பேரில், இறுதியாக தான் கண்டு அஞ்சிய வேதியல் சிகிச்சைக்கே தன்னை உட்படுத்த வேண்டியிருந்தது. வேதியியல் சிகிச்சைக்குப் பின், சிஸ்பிளேட்டினமும் (Cis-platinum) வெண்டேசினும் (Vendesine) கலந்த கலவை தரப்பட்டது. உடனடியாக அவர் முதுகில் நரக வேதனை ஏற்பட்டது. புதிய சிக்கல் தோன்றியது. இதயத்தைச் சுற்றியுள்ள சவ்வுப்பையில் வெளிப்புறத்தில் அழற்சி தோன்றியது. இதயம் பெரிதாகி பெருமூச்சு விடும்படியான நிலை உண்டாகி விட்டது. தனது ஆரோக்கியம் வேகமாக வீழ்ச்சியடைந்து வந்ததை அவரால் நம்ப முடியவில்லை.

இயந்திர சாதனங்கள், மருத்துவர்கள், அறுவை சிகிச்சையாளர்கள் ஆகிய சிறந்த துணைகள் இருந்தும் கூட டாக்டர் அட்கின்ஸ் நான்கு மாதங்களே உயிர் பிழைத்திருந்தார்.

வேதியியல் சிகிச்சையைத் தான் மேற்கொண்டது தவறு என் தனது கடைசி காலத்தில் மனந்திறந்து வருந்தினார்.

(நன்றி ரீடர்ஸ் டைஜஸ்டு, மே 83)

அறுவை சிகிச்சை நிபுணரது புகைப்படம்.



புற்றுநோயால் பீடிக்கப்பட்ட ஒரு வயதான பெண்மணிக்கு அளவிற்கு அதிகமான வெப்பக்கதிர் வீச்சு (ரேடியம்) தரப்பட்டதால் அப்பெண்மணி உயிரிழக்க நேரிட்டது. சம்பந்தப்பட்ட ஸ்விஸ் நாட்டு அதிகாரிகள் அவளது உடலை புதைப்பதன்பொருட்டு வெளியே எடுத்துச்செல்ல அனுமதி தர மறுத்து விட்டார்கள். இந்நோயாளி சிகிச்சை மேற்கொண்ட பெர்ன் மருத்துவச் (Berne Hospital) சாலையின் துணை இயக்குநர், பிரிஸ் லியூ (Friz lew) என்பவர் இச்சம்பவம் குறித்து மனம் வருந்தினார். சிகிச்சைக்காக வரும் நோயாளிகளுக்கு அளிக்கப்பட வேண்டிய சிகிச்சை முறை பற்றி தீர்மானிக்கும் அதிகாரம் மருத்துவச் சாலை நிர்வாகத்திற்கு இல்லை என்றார்.

நோயாளிகள் தாங்கள் இறுதி நாட்களில் சற்று நிம்மதியாக இருக்கும்படி செய்வதற்காக மரபுமுறையான வழியில் பலவித சிகிச்சைகள் இருக்கும்போது தீவிரமான புற்றுநோயால் பீடிக்கப்பட்ட நோயாளிக்குத் தண்டனை ஏற்படுத்துகின்ற அத்தகைய வெப்பக்கதிர் வீச்சு சிகிச்சையை ஒரு ஸ்விஸ் நாட்டு மருத்துவ பத்திரிகை கண்டித்துள்ளது. (12-7-79 இந்தியன் எக்ஸ்பிரஸ் நாளிதழ்.)

நமது நாட்டில் புற்றுநோயாளிகளில் பெரும்பாலோருக்கு வெப்பக்கதிர் வீச்சு சிகிச்சையும் மற்றைய சிகிச்சைகளும் அளிக்கப்பட்டு வருகின்றன. இந்த சிகிச்சைகளின் பின் விளைவுகளைப்பற்றி நமது நாட்டு ஏழைஎளிய மக்கள் அறியார். இவ்வித சிகிச்சை அளிக்கப்பட்ட பின்னர் அவர்களது நோய்

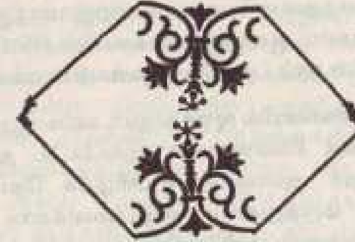
குணமாக்கப்பட்டு விட்டதென சொல்லி, இரு மாதங்களுக்கொருமுறை பரிசோதனைக்காக வந்துபோகும்படி கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறார்கள். அவர்களும் இதை நம்பி, இலவச ரயில் பயணச்சீட்டுகளுடன் வீடு திரும்புகின்றனர். இரண்டு அல்லது மூன்று மாதங்கள் கழிந்த பின்னரும், இந்நோயாளிகளில் பெரும்பாலோர் உயிரோடிருப்பதில்லை.

அவர்களில் சிலர் சக்தி முற்றுமிழந்தவர்களாய் மாதா மாதம் மருத்துவச் சாலைக்கு புனித யாத்திரையாய் வந்து செல்கிறார்கள். அச்சமயம் அவர்களது உடல் முழுதும் புற்றுநோய் பரவியுள்ளதாகவும், அதற்கு மேலும் எதுவும் செய்ய முடியாதெனவும் அறிவிக்கப்படுகிறார்கள். கடைசியாக மருத்துவர்கள் எழுதித்தரும் உள அமைதி மருந்துகளையும், வலி நீக்கி மருந்துகளையும் பெற்றுக்கொண்டு வீடு திரும்புகிறார்கள். தாளமுடியாத வலி காரணமாக நீரை விட்டு வெளியேற்றப்பட்ட மீனைப்போலத் துவண்டு அழுது பரிதாபகரமான முறையில் இறக்கின்றார்கள்.

வெப்பக் கதிர் வீச்சு முறை, வேதியியல் சிகிச்சை முறை ஆகிய சிகிச்சைகளை அளிப்பதற்கு முன்னால், அவ்விதசிகிச்சையினால் ஏற்படக்கூடிய பின் விளைவுகளைப் பற்றி சம்பந்தப்பட்ட நோயாளிகளிடம் வெளிப்படையாகச் சொல்லி விடுவதும், அதற்கான ஒப்புதல் பெறுமுன், சிந்திப்பதற்கும், முடிவு எடுப்பதற்கும் அவர்களுக்கும் போதிய அவகாசம் தருவதும்தான் நீதியும் தர்மமுமாகும்.

இதற்குப் பதில், மருத்துவர்கள் ஒரு அச்சிட்ட தாளை நீட்டி அவர்களைக் கையெழுத்திடச் சொல்கிறார்கள். ஒன்றுமறியாத ஏழை நோயாளிகள் அவர்களது நிபந்தனைகளுக்குப் பணிந்து விடுகிறார்கள்.

சிகிச்சையைத் தொடங்க ஒருநிமிட தாமதம் நேரிட்டாலும் ஆபத்தில் முடியும் என்றும், மருத்துவச் சாலையிலோ, அல்லது அவர்களுடைய சிகிச்சை இல்லத்திலோ, உடனடியாய் படுக்கை அனுமதி பெறுமாறு கூறி மருத்துவர்கள் நோயாளிகளை அச்சுறுத்தி விடுகிறார்கள்.



போலி மருந்துகள்.

இரண்டாம் தரமான அல்லது போலியான மருந்துகள் மருத்துவ சாலைகளில் மறைமுக வரவேற்பு பெறுவதாகக் கூறப்படுகிறது. நோயாளியின் வெற்று வயிற்றில் இவ்வித மருந்துகளைத் திணிப்பதால் உணவுக் குழல் புண்ணாக்கப்பட்டு, பலவித பக்க விளைவுகளையும் உண்டாக்கி விடுகின்றன.

இந்தியாவில் குறிப்பிட்ட ஒரு நிலைப்படுத்திய மருந்துக்கலவை (Standard formulation) அறிவுறுத்தப்பட்டவுடன், மருத்துவ வியாபார உலகின் ஒரு சாரார் ஒரு சில மாதங்களிலேயே அதற்குச் சமமாக எத்தனையோ வகைமாற்று மருந்துகளை உற்பத்தி செய்து விடுகிறார்கள். ஆனால், அவைகளின் சிகிச்சைத் திறனைப் பற்றியோ, அவற்றின் தரம் பற்றியோ அவர்கள் கவலைப்படுவதில்லை.

1972ல் சென்னையில் ஜுரத்தாலும், வலியாலும் பீடிக்கப்பட்ட 14 குழந்தைகளுக்கு சிகிச்சையாக இங்கேயே தயாரிக்கப்பட்ட மருந்துகளைத் தர அவைகள் உயிரிழக்க நேரிட்டன. இந்த விபத்திற்குப்பின் மருந்துகளை விற்பனைக்காக கடைகளுக்கு அனுப்புமுன் அவைகளைப் பரிசோதித்துப் பார்க்கின்ற வழக்கத்தினை தமிழக அரசு கைவிட்டு விட்டது.

உயிர் காப்பாற்றுபவையாகக் கருதப்படும் டானிக்குகள் கவர்ச்சிகரமான பாட்டில்களில் அழகாகக் காட்டசியளிக்கின்றன. அவை நமது மருத்துவ அலமாரிகளை நன்கு அலங்கரிக்கத்தக்கவை. அவைகளின் மேல் ஒட்டப்பட்டுள்ள பெயர்ச் சீட்டுகளில் (labels) அச்சிடப்பட்டுள்ள பகுதிப்பொருட்களின் விவரங்கள் மிகவும் பொடியான எழுத்துக்களில் உள்ளதால், அவைகளை சக்தி வாய்ந்த பூதக்கண்ணாடியாலும் படிப்பது கடினம்.

சோதனைக்குட்படாது உற்பத்திசெய்யப்பட்ட மருந்துகள், (Sub-standard) போலியானதும், தடை செய்யப்பட்டதுமான நச்சுப்பண்பு கொண்ட மருந்துகள், அளவுக்கு மேல் சிபாரிசு செய்யப்பட்ட மருந்துகள். இவை ஆரோக்கிய வாழ்விற்கு பெரிய பிரச்சனையாகிவிட்டன.

இரண்டாந்தர மருந்துவகைகளில் போலியான மருந்துகளும் இருப்பது சோதனையின் போது கண்டறியப்பட்டது. அவற்றில் உயிர் காப்பாற்றப்படும் மருந்தென பெயரிடப்பட்டிருந்த ஒரு மருந்தினை சோதித்துப் பார்த்த போது அதில் காட்டில்வளரும் நச்சுத்தன்மை கொண்ட விதைகள், மிளகு மற்றும் மஞ்சள் இவைகளின் சாறு இருப்பது தெரிய வந்தது. இவை தொற்றுநோய்த் தன்மையை கொண்டதும் கூட என்பதும் தெரிய வந்தது.

பென்சிலின் மருந்தினால் எவ்வளவு நோயாளிகள் இறக்கின்றார்கள் என்பது கடவுளுக்குத்தான் தெரியும். தஞ்சாவூர் மருத்துவச்சாலை ஒன்றில் ஒரு மருத்துவ மாணவிக்கு பென்சிலின் ஊசி போடப்பட்டபோதே உயிர் இழந்தாள். ஆறு அல்லது ஏழு வருடங்களுக்கு முன் இந்தச் சம்பவம் தினச்செய்தித் தாளில் வந்துள்ளதை வாசகர்கள் கவனித்திருக்கலாம். மத்தியப் பிரதேசத்தில் உள்ள ரெய்ப்பூரில் பிரசுரிக்கப்படும் தேசபந்து என்ற (28-10-87 தேதியிட்ட) பத்திரிகையில் பின்வரும் சிறு கட்டுரை வெளிவந்திருந்தது. இந்த கட்டுரை விரிவான விவரங்களடங்கிய ஒன்று. இத்தகைய (கீழ்க்காணும்) பகற்கொள்ளை நடப்பதிலிருந்து நமது நாட்டினைப் பாதுகாக்கும் வகையில் நாம் இதில் (கீழ்க்காணும் விஷயங்களில்) தனிக்கவனம் செலுத்தி அவசியமான நடவடிக்கைகளை எடுத்தாகவேண்டும்.

"நாம் சுதந்திரம் அடைந்தபிறகு, நமது நாட்டுமக்களில் ஆரோக்கியத்திற்குக்கேடு விளைவிப்பதில் நமது மருத்துவக் கம்பெனிகள் மிகச் சக்தி வாய்ந்தவையாகிவிட்டன. நாம் சுதந்திரம் அடைந்த காலகட்டத்தில், இருந்த மருத்துவக் கம்பெனிகள் விற்ற மருந்தின் மதிப்பீடு 10 கோடி ரூபாய் அளவிற்கு இருந்தது. இன்றோ இந்த விற்பனை 2000 கோடி ரூபாய்களையும் தாண்டிவிட்டது. இதில் 78 சதவிகித மருந்து வெளிநாட்டுக் கம்பெனிகளுடையது. 16 சதவிகித மருந்து நமது நாட்டிலுள்ள பெரிய கோடீஸ்வரர்களுக்குச் சொந்தமானது. 6 சதவிகித மருந்தே பொதுத்துறையினர் தயாரித்த மருந்துகள். வெளிநாட்டுக் கம்பெனிகள் பெரும்பாலும் தேவையற்ற மருந்துகளையே உற்பத்திசெய்து விற்பனைக்கு அனுப்புகிறார்கள் உதாரணமாக, நமது நாட்டில் ஜலதோஷத்திற்காக இனிப்பான மருந்துப் பாகு (syrups) உயிர்வினை யூக்கிகள், (Eneymes)

புரோட்டோனெக்ஸ்(protonex) ஆகிய மருந்துகளுக்கும், நோய்க்கும் எவ்வித சம்பந்தமுமில்லை.

எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக வெளிநாடுகளில் தடை செய்யப்பட்ட மருந்துவகைகள் நமது நாட்டுக் கடைகள் மூலம் டன்கள் கணக்கில் விற்பனை செய்யப்படுகின்றன. இதை முன்னிட்டு கடைக்காரர்கள் அவைகளை விற்க ஒழுங்கற்ற வழிமுறைகளைக் கையாளுகிறார்கள்.

உலகச் சுகாதார நிறுவனத்தின் அறிக்கைப்படி இந்திய நாட்டிற்கு தேவையான 85 சதவிகித மருந்தில் குறிப்பிடத்தக்க அளவு குறைந்துள்ளது? அதற்குப்பதில், தேவையற்ற மருந்துவகைகள் உற்பத்தி செய்யப்பட்டு வருகின்றன!

கீழ்க் குறிப்பிட்டுள்ள புள்ளி விவரங்கள் இதை உறுதி செய்யும்

மருந்து	அனுமதிக்கப் பட்ட அளவு	1980	1981	1982
பாஸ்(Pass)	110 டன்கள்	23.8%	13.78%	5.70%
டி.என்.எச் (T.N.F.A)	80	73.77%	54%	71.57%
புரோடோனெக்ஸ் (Protex)	110	254.86%	252.15%	278.71%

உதாரணமாக லைசென்ஸ் வழங்கப்பட்டுள்ள அளவிற்கு மேல் தேவைப்படுகின்றதும் க்ஷயரோக நோய்க்குத் தேவைப்படுவதுமான Pass.E.N.H. மருந்துகளுக்கும் பதில் தேவையற்ற புரோடொனக்ஸ் மருந்தினை பெய்சர் (Feizer) என்ற அமெரிக்கக் கம்பெனி உற்பத்தி செய்து கொண்டிருக்கிறது.

துன்பப்படும் மக்களை ஏமாற்றுவது ஒன்றுதான் இந்தக் கம்பெனியின் இலட்சியம். இத்தகைய வியாபாரத் தந்திரத்தைக் கடைபிடித்து நமது நாட்டிலிருந்து கோடிக்கணக்கான ரூபாய்கள் கொள்ளையடிக்கப்பட்டு வருகிறது. இதன் பலனாக நமது நாட்டின் நிதி நிலைமையில் வறட்சியும் சீர்குலைவும் ஏற்பட்டுள்ளது.

நல்லபாம்பின் விஷத்தைவிட இந்நிலைமை மோசமானது. பொதுத்துறை நிறுவன அதிகாரிகள் இத்தகைய ஒழுங்கீனங்களுக்கு

உடந்தையாக இருக்கிறார்கள். இதற்கு மேலாக இந்த நிறுவனங்கள் தங்களுக்கு அனுமதிக்கப்பட்டுள்ள அளவிற்கு மேல் 25 சதவிகிதம் மருந்துகளை உற்பத்தி செய்து வருகின்றது. கடன் அனுமதி பெற்று அனுமதி அளிககப்பட்ட மீதியளவு மருந்துகளை உற்பத்திசெய்து வருகிறார்கள். இந்த மருந்துகளின் தரத்தைப்பற்றி நிறைய ஐயப்பாடுகள் உள்ளன. இத்தகைய ஒழுங்கீனங்களைப்பற்றி அறிந்திருந்தும், நமது அரசாங்கம் அவர்களுக்கு எதிராக எந்தவித கடுமையான நடவடிக்கையும் எடுக்கவில்லை.

பொதுத்துறை நிறுவனங்கள் தங்களது உற்பத்தியை அதிகரிக்க முடியுமானால், நமது நாடு தன்னிறைவை அடைந்துவிடும். இது சம்பந்தமாக ஒன்றைச் சுட்டிக் காட்டுவது பொருத்தமாகும். மருந்துகள் தயாரிப்பிற்கு வேண்டிய எல்லாவித பகுதிப்பொருள்களும் (ingredients) நமது நாட்டிலேயே கிடைக்கின்றன. நமக்கு சிறிதுகூட வெளிநாட்டு கம்பெனிகளை நம்பியிருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

இவ்வளவு ஒழுங்கீனங்களுக்கு நடுவிலும் நமது அரசாங்கத்தின் கொள்கையானது தவறான வழியில் சென்று கொண்டிருப்பதுதான் ஆச்சரியத்திலும் ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. நமது குடிமக்களின் ஆரோக்கியத்தைப் பற்றி அக்கறை எடுத்தக்கொள்வது நமது அரசாங்க்த்தின் கடமையாகும். இத்தகைய அக்கிரமங்களுக்கு எதிராகப்போர் தொடுக்க நமது நாட்டுமக்கள் ஒவ்வொருவரும் ஒன்று சேர நாங்கள் அழைக்கின்றோம்.

நாம் நமது மக்களின் ஆரோக்கியத்தை வார்த்தைகளினால் மட்டும் காப்பாற்றி விட முடியாது. சுறுசுறுப்பான செயல்களினால் மட்டுமே முடியும்

"தேசபந்து பத்திரிகை" நிறுவனத்தில் மிகப்பெரும் ஆராய்ச்சி நிபுணராக உள்ள திரு. எம். கே. நந்தி என்பவர் எழுதியுள்ள கட்டுரைதான் இது. நமது பொது மக்களின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கும் வகையில் நடைபெற்றுவரும் இத்தகைய கொள்கை யைப்பற்றி குறைந்த பட்சம் மக்களுக்கு விளக்கி இதனைத் தடுத்து நிறுத்தும் இயக்கத்தில் ஈடுபடுவது நமது கடமையாகும்.

இத்தகைய பலனுள்ள கட்டுரையை தேசபந்து பத்திரிகை பிரசுரித்தமைக்காக, நான் எனது பங்கில் எனது வாழ்த்துக்களை அப்பத்திரிகைக்குத்தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

வலி நீக்கிகள் (PAINKILLERS)

அமிடோபிரின் (Amidophrine) எனும் மருந்து 20 நாடுகளுக்கு மேலும் தடைசெய்யப்பட்ட ஒன்றாகும். நமது உடல் நோய்களை எதிர்த்துப் போராடுவதற்கான இயக்கத்திற்கு ஆதாரமாக இருக்கும் இரத்த வெள்ளை அணுக்களை அகற்றிவிடவும் பல பக்க விளைவுகளை உண்டாக்கவும் இந்த அமிடோபிரின் வல்லமை பெற்றது என்ற உண்மை அறியப்பட்டதாகும்.

அமிடோபிரினால் விளையக்கூடிய பக்க விளைவு நோயாளியின் இறப்பிற்குக் காரணமாகும்படி இரத்த வெள்ளை உயிரணுக்களை அழிப்பது மட்டுமல்லாமல் வலிநீக்கி மருந்துகளும் புற்றுநோய்க்குக் காரணமான பொருள்களை தமக்குள் அடக்கியுள்ளன என்று அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது. மற்ற வலிநீக்கி மருந்துகளுடன் கூட்டு சேரும் அமிடோபிரின், சிறுநீரக அரிப்பு, ஜுரம், தலைவலி, தசைகளிலும், மூட்டுகளிலும் வலி-ஆகியவற்றை உண்டுபண்ணக் கூடியது.

எல்லா மருந்துக் கடைகளிலும் அமிடோபிரின் கலந்துள்ள மருந்துகள் மிகத் தாராளமாக விற்பனை செய்யப்பட்டு வருவது அதிர்ச்சி தரக்கூடியதாகும். இந்த உச்ச பாதிப்புணர்வு (Hyper-sensation) மருந்தினைக் கடந்த சில வருடங்களில் நமது நாட்டு மக்கள் 10 டன்கள் எடை அளவிற்கு விழுங்கியிருக்கக்கூடும்.

ஹிந்து நாளிதழ் 06-01-1981

இரவு முழுவதும் அழுகின்ற குழந்தைகளுக்கு அழுகையைக் கட்டுப்படுத்த வலி நீக்கி மருந்துகளும் உள அமைதி ஊக்கிகளும் (Tranquilisers) எழுதித்தரப்படுகின்றன. இந்த மருந்துகள் உண்டு பண்ணக்கூடிய தீய விளைவுகளை அறியாத குழந்தையின் தாயோ உறக்கம் கலையாமல் உறங்குகிறாள். அவளே கடைக்குச்சென்று

இத்தகைய மருந்துகளை வாங்கி குழந்தைகளுக்குத் தரத் தயக்கம் காட்டுவதில்லை.

சில மருத்துவர்களிடம் அதிகப்படியான அளவு மருந்துகளைத் தருகின்ற விரும்பத்தகாத வழக்கமும் இருந்து வருகிறது. தனிப்பட்ட சிகிச்சை புரியும் மருத்துவர்கள் நல்ல வருமானம் பெற விரும்பி, தேவையற்ற ஆன்டிபயாடிக்ஸ் மருந்துகளையும், வைட்டமின், மாத்திரைகளையும் எழுதித் தருவதில் தாராளம் காட்டுகின்றார்கள்.

மின்-கதிர் படம் எடுத்தல், இரத்தப்பரிசோதனை ஸ்கானிங் முதலியவைகள் சில நோயாளிகளைப் பொறுத்த மட்டில் தேவையில்லாமல் இருந்தும்கூட அவர்கள் மருத்துவர்கள் குறிப்பிடும் பரிசோதனைக்கூடங்களுக்கும் சிகிச்சை இல்லங்களுக்கும் செல்லும் படி அறிவுறுத்தப்படுகிறார்கள். தங்களது பிடிக்குள் அகப்பட்ட ஏதுமறியா நோயாளிகளை இவ்விதமாக சுரண்டுவது அச்சுறுத்தும் செயலாகும். அவர்கள் நோயாளிகளின் உடலை மட்டுமில்லாமல் அவர்களது பணப்பைக்கும் ஊறு விளைவித்துவிடுகிறார்கள். பலவித பரிசோதனைகளுக்கும் நோயாளிகள் ஆட்படுத்தப்படுகிறார்கள்.

முன்பெல்லாம் மருந்துவகைகள் சிலவே. அவற்றில் பெரும்பாலானவை வெகு காலமாக அறியப்பட்ட மூலிகை மூலம் தயாரிக்கப்பட்ட மருந்துகளில் 19-ஆம் நூற்றாண்டின் நடுப்பகுதியில், சில புதிய செல்வாக்கான ஆல்கஹாலை வைத்துத் தயாரிக்கப்பட்டதுமான டானிக்குகள் வந்தன. 1856-ல் பெட்ரோலியம் நிலக்கரி இவைகளை சுத்தப்படுத்தும்போது கிடைக்கும் உப உற்பத்திப்பொருட்களான ஹைட்ரோகார்பன்ஸ் புரோலிபிக் என்பவைகளே செயற்கை முறை வண்ணங்கள், இரசாயனக்கலப்பு மருந்துகள் உட்பட வல புதுவகையான மருந்துகளின் உற்பத்திக்கும் அடிபபடையாகப் பயன்பட்டவை என்ற உண்மை தற்செயலாக தெரியவந்தது இதற்குப்பின் மருந்துகளின் இயக்கத்தில் தீவிர மாறுதல் ஏற்பட்டது. அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகளில் பலவித வியாதிகள் பரவுவதை எதிர்த்து ஒரு நூற்றாண்டிற்கு உருவணிகளும் போராட்டங்களும் தொடர்ந்து நடைபெற்று வந்தன.

புற்றுநோய்க்கு முடிவாக (புற்றுநோய் தடுப்பு ஆயுதமாக) நச்சுப் பண்புடன் கூடிய வேதியல் மருந்துகளுக்கு இடமளித்ததை எதிர்த்துப் போராட்டம் துவங்கியது. அதன் உச்ச நிலையாக புற்றுநோய்க்கு எதிராக 10 பில்லியன் டாலர்கள் போர் என்ற விபரிதமான போராட்டம் தற்போது நடைபெறுகிறது.

இன்று சில மருந்துவகைகள் இன்னும் தாவர இனத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டதாக இருந்தாலும் (ஹார்மோன்கள், ஆல்கோலாயிட்ஸ், வாக்ஸின், ஆன்டிபையாடிக்) மருந்து உற்பத்தியில் **(Pharma ceutical products)** பெரும்பாலானவை பெட்ரோலிய இரசாயனங்கள் **(Petrochemicals)** அல்லது நிலக்கரி தாரிலிருந்தே **(coal-tar)** கிடைக்கப் பெறுபவை.

1910-ஆம் ஆண்டிற்கு முன்னால் மருந்துகள் ஒரு ஒழுங்குப்பாட்டிற்குள் (ஹோமியோபதி,மூலிகை வைத்தியம், சத்துணவு, இதர வகைகளில் நோய் தீர்த்தல் இம்முறைகளே) பல்கிப் பெருகின. இன்று மருந்துகள் என்பது ஒரு பெரும் வியாபாரப் பொருளாகிவிட்டன, ஆரோக்கியத்திற்கு மிகத் தேவையான முழு அஸ்திவாரமாக அவை ஆகிவிட்டன. அவைகளின் விலை, கட்டுப்பாடின்றி வேகமாக உயர்ந்துகொண்டே வருகிறது. வண்ணமேற்றுவதற்கும், கெட்டுவிடாமல் காப்பாற்றுவதற்கும், ருசியை மிகைப்படுத்தவதற்கும் (உணவுபொருள்களில்) 10,000 க்கும் மேலான இரசாயன வகைகள் கலக்கப்படுகின்றன. விவசாயத்துறையில் இரசாயனங்களும் மருந்துகளும் நீக்கமற நிறைந்து விளங்குகிறது நமது வானொலியில் விவசாயிகளுக்கான பகுதியில், வெவ்வேறு அளவுகளில் உபயோகப்படுத்த வேண்டிய பலவிதமான இரசாயன வகைகளையும் பூச்சிக் கொல்லி மருந்துகளையும் பற்றிய செய்திகளை அடிக்கடி முரசறைகின்றன. அத்தகைய இரசாயனங்களின் உதவியால் பெறப்படும் பொருள்களினால் உடலுக்கு ஏற்படக்கூடிய ஆரோக்கியக் கேடுகளைப்பற்றி அவர்கள் சிந்திப்பதில்லை,

அனாசின் உபயோகிப்பதால் புற்றுநோய் வரும் என்று உலகச்சுகாதார நிறுவனம் எச்சரிக்கை செய்துள்ளது. ஆனால் பெப்பர்மின்ட் போலவும் சாக்லெட்டு போலவும் அது கடைகளில் விற்கப்படுகிறது. இத்துடன், டான்சிலிட்டிஸ் எனப்படும் புண்பட்ட

தொண்டைச்சதையை அப்புறப்படுத்த வேண்டாம் என்றும் அவ்விதம் செய்வதால் அது புற்றுநோய்க்கு வழிவகுக்கும் என்றும் ரண சிகிச்சையாளர்களுக்கு எச்சரிக்கை விடுத்துள்ளது. அவ்விதமே பெருங்குடல் பகுதியின் அதிகப்படியான சதைப்பகுதி **(appendix)** பற்றிய விஷயத்திலும் எச்சரித்துள்ளது. ஏதாவது வியாதியைக் கண்டுபிடித்தறியும் வகையில் வயிற்றுப்பகுதி திறக்கப்பட நேரின், இரணசிகிச்சையாளர்கள் பெருங்குடல் பகுதியிலிருக்கும் அதிகப்படியான சதைப்பகுதியை தேவையற்ற, அனாவசியமான பகுதியான எண்ணி, அதை அறுத்து எடுத்துவிடுகிறார்கள் எனது அனுபவத்தில், அவ்வித அப்பெண்டிக்ஸ் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின்னால் பல நோயாளிகள் தீராத வயிற்றுவலியால் அவதிப்படுவதைப் பார்த்திருக்கிறேன்.

1939-ல் ஒரு நாள் எனது வயிற்றில் பொறுக்க முடியாத வலி ஏற்பட்டது. சென்னையில் இரணசிகிச்சையில் புகழ்பெற்ற டாக்டர் ரங்காச்சாரியின் மாணவரான ஒரு மருத்துவரை நாடிச் சென்றேன். எனது வயிற்றைப் பரிசோதித்தபிறகு, உடனே நான் அப்பெண்டிக்ஸ் (பெருங்குடலின் அதிகப்படியாக வளர்ந்திருக்கும் சதைப் பகுதியை நீக்கி விடல்) அறுவை சிகிச்சையை மேற்கொள்ள வேண்டுமென்றும் இல்லையேல் அது ஆபத்தில் கொண்டுவிடும் என்றும் கூறினார்.

எந்தவித அறுவைச் சிகிச்சையையும் மேற்கொள்ளக்கூடாது என்று நான் அறிவுபூர்வமாக முடிவு செய்திருந்தேன். எனவே ஏதாவது சாப்பிடக்கூடிய மருந்துகளைத் தரும்படி வேண்டிக்கொண்டேன். அவர் கொடுத்த மருந்துக் கலவையை நான் எனது பாக்கெட்டில் வைத்துக் கொண்டு விடைபெற்றேன். நான் வீடு வந்து சேர்வதற்குள், எனது வயிற்றில் ஏதோ சங்கடம் ஏற்பட்டது; பேதியாகியது; வயிற்று வலியும் தீர்ந்து விட்டது; அதற்குப்பின் பிரச்சனை எதுவும் இல்லை. அந்த அறுவை சிகிச்சை மருத்துவரது ஆலோசனைக்கு நான் உட்பட்டிருப்பின், எனக்கு பின்னால் என்ன விளைவுகள் ஏற்பட்டிருக்கும் என்பது அந்த கடவுளுக்குதான் தெரியும்.

எல்லாவிதமான நோய்களையும் அறுவை சிகிச்சைமூலம் குணப்படுத்திவிடலாம் என்ற தவறான எண்ணம் அறியாமை நிறைந்த மக்களிடையே தோன்றும் வகையில் இருதய அறுவை சிகிச்சை

நுரையீரல், சிறுநீரகத்தில் கல், இவற்றிற்கான அறுவை சிகிச்சை காட்சிகள் தொலைக்காட்சிகளிலும் காட்டப்படுகின்றன.

ஆசாரரீதியான (orthodox) நல்ல மருந்துகளை மறந்துவிடும் அளவிற்கு மருத்துவ பத்திரிகைகளும் விடாமல் பிரச்சாரம் செய்து வருகின்றன. ஒரு புதிய மருத்துவ சிகிச்சைமுறை நடைமுறைக்குவருமுன் பிரபல பத்திரிகை ஒன்றில் முன்னதாகவே அதற்குச் சாதகமான கட்டுரை அல்லது ஆராய்ச்சி வெளியிடப்பட்டாலொழிய அது பரவுவது என்பது கடினமான ஒன்றாகும் ஆனால் பத்திரிகைகளோ ஏற்கெனவே ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட திட்டவட்டமான (Standard) மருந்து சிகிச்சைகளைத் தவிர மற்றவற்றைப் பற்றி கட்டுரைகளை வெளியிடுவதில்லை. இந்த நிலை தான் நோயாளிகளுக்கும் லாப ஈட்டார்களுக்கும் ஒரு நிறைவு கோலாக இருக்கிறது.

அலோபதி மருத்துவ சிகிச்சைக்குப் புறம்பாக இயற்கையான நச்சுப்பண்பில்லாத மற்ற சிகிச்சை வகைகள் ஏற்கப்படுவதை தடைசெய்யும் வகையில் அவைகள் சம்பந்தப்பட்ட பணியில் ஈடுபடும் மருத்துவர்களையும், ஆராய்ச்சியாளர்களையும் மருத்துவத்துறை யானது தொடர்ந்து வெளியேற்றி வருகிறது. உதாரணத்திற்கு அமெரிக்க புற்றுநோய் கழகம் கடந்த கால்நூற்றாண்டில் ஒரு புத்தகத்தை வெளியிட்டது. "புற்றுநோயை அடக்கியாளுதலில் நிரூபிக்கப்படாத வழிமுறைகள்" என்ற அப்புத்தகம் மிகப்பரவலாக பலருக்கும் அனுப்பப்பட்டது. இதில் புற்றுநோய்க்கான எண்ணற்ற இயற்கை வைத்திய சிகிச்சை முறைகளும் இவற்றை ஊக்குவித்து வளர்த்த ஆராய்ச்சியாளர்களின் வாழ்க்கை வரலாறுகளும் அடங்கியுள்ளன. இந்தப் புத்தகத்தில் இயற்கை வைத்தியர்களை அரைகுறை வைத்தியர்கள் என்ற பட்டம் கட்டி அவர்களை விஞ்ஞான நிபுணர்களின் குழுவிலிருந்து ஒதுக்கித்தள்ளி வைக்க முயற்சி மேற்கொள்ளப்பட்டிருந்தது. கடந்த இருபது வருடங்களுக்கும் மேலாக புற்றுநோய் சிகிச்சை நிபுணர்களாலும், வைத்திய சாலை சிகிச்சைகளாலும் மோசமாக்கப்பட்ட புற்றுநோய் நோயாளிகள் பலரை விளம்பரமேதுமின்றி நான் குணப்படுத்தியிருக்கிறேன். இவர்களில் 70 சதவிகித நோயாளிகள் கடந்த இருபது வருடங்களுக்கு

மேலாக ஆரோக்கியமாகத் தங்கள் தினசரி வாழ்க்கையை நடத்திக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

அன்றைய இந்திய மருத்துவ டைரக்டரான (Director of Indian Medicine) திருமதி குத்சியா காந்தி, இ. ஆ. ப (Tmt.Quidsiya gandhi I.A.S) அவர்களும் சித்த ஹோமியோபதி சுகாதார செயலாளர்திரு முருகராஜ் (Mr.Murugraj I.A.S.) அவர்களும் நான் குணப்படுத்திய பல நோயாளிகளிடம் விரிவான விசாரணைகளை மேற்கொண்டபின், முழுக்க முழுக்க சித்தவைத்திய மருந்துகளின் பலன்களைப்பற்றிப் புரிந்து கொண்டனர். அத்துடன் அவர்கள் நின்றுவிடவில்லை. அலோபதி மருத்துவத்தில் தலைசிறந்த நிபுணர்களெனக் கூறப்பட்டவர்களைக் கலந்தாலோசிக்காமல், ஒரு தீர்மானத்திற்கு வந்தவர்களாய், எனது மேற்பார்வையில் புற்றுநோய்சிகிச்சைக்கான பயிற்சிக்கு சித்தவைத்தியர்களை அனுப்ப ஏற்பாடு செய்தனர்.

நான் இத்தனை வருடங்களாகச் செய்து கொண்டிருந்த சிகிச்சை முறையயும், மருந்துகளையும் வெளியுலகிற்குக் கொண்டுவரும் போற்றத்தக்க நோக்கத்துடன் அவர்கள் இப்படிச் செய்தார்கள். காலதாமதமின்றி 12 சித்தவைத்தியர்களை ஆறுமாத காலத்திற்கு என்னிடம் பயிற்சி பெற அனுப்புவித்தார்கள்.

அலோபதி சிகிச்சையினால் முடமாக்கப்பட்டு, பிறகு எனது சிகிச்சையினால் குணமாக்கப்பட்டுகடந்த 20 வருடங்களுக்கு மேல் ஆரோக்கியமாக வாழ்ந்துவரும் ஆறு நோயாளிகளையும் தொலைக்காட்சி நிறுவனத்தார் தொலைக்காட்சியில் காண்பித்தனர்

இந்த விஷயத்தில் மேற்கண்ட (I.A.S) அதிகாரிகள் செயலாற்றியதைப்போன்று, ஒரு அலோபதி மருத்துவரோ அல்லது இந்திய மருத்துவ அதிகாரியோ, உயர்பதவியிலிருந்திருப்பின் இப்படிப்பட்ட ஒரு துணிச்சலான நடவடிக்கையைச் சற்றும் தாமதியாமல் எடுத்திருக்க முடியுமா என்றுநான் மிகவும் சந்தேகப்படுகிறேன். நமது மருத்துவ அதிகாரிகள் திறமையற்றவர்கள். மொத்தத்தில் மக்களைத் துன்பப்பட வைப்பதுதான் அவர்களுக்குப் பிடிக்கும்.

1966-ல்சென்னையில் நான் தலைமை மாஜிஸ்டிரேட்டராக **(Chief Presidency Magistrate)** இருந்த சமயத்தில், மார்புப் புற்றுநோயால் பீடிக்கப்பட்ட ஒரு பெண்மணிக்குச் சிகிச்சை செய்ய நேரிட்டது.

முதலில் அவர் சென்னை கே.எம்.சி. **(K.M.C)** மருத்துவச் சாலையில் அனுமதிக்கப்பட்டாள் அடுத்த நாள் அவரது முலைகளை நீக்கிவிட முடிவு எடுக்கப்பட்டது. அங்கு தன்னுடன் கூட இருந்த சில நோயாளிகள் சிகிச்சைக்குட்பட்டபோது பட்ட துன்பங்களைப் பார்க்க நேரிட்ட அந்தபெண்மணி அச்சம் கொண்டு மருத்துவசாலை அதிகாரிகளிடம் சொல்லிக் கொள்ளாமல் வீட்டுக்குத் திரும்பிவிட்டாள், பிறகு என்னுடைய ஆலோசனையைக் கோரி என்னிடம் வந்தாள். அப்போது அவளது கணவர் எனது உதவியாளராகப் பணி புரிந்து கொண்டிருந்தார்.

அவளது ஒரு முலையில் ஒரு பெரிய கட்டி உண்டாகியிருந்தது. பத்தே மாதங்களில், அந்தக் கட்டி கரைந்து மறைந்தது. இரு குழந்தைகளுக்கும் தாயான அவள் இன்றும் நலமுடன் இருக்கிறாள்.

இந்தச் சம்பவம் குமுதம் வார இதழில் அவளது புகைப் படத்துடனும், எனது புகைப்படத்துடனும் வெளியிடப்பட்டிருந்தது. அடுத்த வார குமுதம் இதழில் திருநெல்வெலியிருந்து எப். ஆர். சி. எஸ்.**(F.R.C.S.)** மருத்துவர் ஒருவர் இதற்கு எதிர்ப்புத் தெரிவிக்கும் வகையில், உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடிய சிலவகைக் கட்டிகள் எந்தவித சிகிச்சையில்லாமல் கரையக் கூடியன என்றும், பலராமையா (நான்) சிகிச்சை செய்ததும் அவ்வித கட்டியாக இருந்திருக்கலாம் என்றும் எழுதியிருந்தார்

இந்த எப். ஆர். சி. எஸ். மருத்துவரது கூற்றில் உள்ள உண்மை என்ன என்பதை நான் வாசகருக்கே விட்டுவிடுகிறேன்.

மருத்துவர்களின் பொறாமைக்குணம் எல்லோருக்கும் தெரிந்தது தான். தனது சக நண்பருக்கு புகழாரம் சூட்டுவதற்குப் பதில், ஒரு மருத்துவர் ஒரு நோயாளியைக் கூட கொன்றுவிடுவார். என்று பாராசல்ஸ் **(Paraselsus)**என்னும் மேதை சொல்கிறார்.

வரங்குறிச்சி அருகில் உண்ண குரும்பப்பட்டி எனும் ஊரில், சுப்பிரமணியம் என்ற பெயருடைய மலேரியா ஒழிப்பு அதிகாரி **(Malaria sanitary officer)** ஒரு ஆரம்பப் பள்ளியில் குழந்தைகளை இரத்தப் பரிசோதனை செய்த பின், 13 குழந்தைகளுக்கு சில மாத்திரைகளைத் தந்துவிட்டுச் சென்றார்.

ஒருமணி நேரத்திற்குள், ஒரு சிறுவன் தலை சுற்றுவதாகவும், பார்வையும் கேட்புச் சக்தியும் மங்குவதாகவும் கூறி கீழே விழுந்துவிட்டான். இவ்விதமே எல்லா குழந்தைகளும் உணர்வுஇழந்து கீழே விழுந்துவிட்டனர். மணப்பாறை மருத்தவச் சாலையில் அவர்கள் சேர்க்கப்பட்டார்கள். அவர்களில் 10 குழந்தைகள் ஆபத்தான நிலைமையில் இருந்ததாகவும் அறிக்கை வெளியானது. இந்தச் செய்தி 16-8-87-ல் தினமலர் நாளிதழில்வெளிவந்தது. அந்த மலேரியா ஒழிப்பு அதிகாரியின் மீது என்ன நடவடிக்கை எடுக்கப்பட்டது என்றும் அந்தக் குழந்தைகளுக்கு நேர்ந்த கதி என்ன என்றும் யாருக்கும் தெரியாது.

எவ்வித சிகிச்சையுமின்றி புற்றுநோய் என்பது தானாகவே குணமாகிவிடக்கூடிய நோய் என்றால், ஏழைகளிடமிருந்து வரியாய் வசூலிக்கப்பட்ட பணத்திலிருந்து லட்சக் கணக்காய் ரூபாய் செலவழித்து, புற்று நோய்க்கான பலவித மருத்துவச் சாலைகள் கட்டுவதுதான் எதற்கு? புற்றுநோய்நோயாளிகள் தாங்களாகவே தங்கள் வீட்டிற்குள் இருந்தே மருந்துகளை உட்கொள்ளலாமே! துணியில் மூலிகை சிலவற்றை வைத்துக் கட்டுவதால் அத்தகையக் கட்டிகளைக் கரைத்துக் குணமாக்க இயலும். மேற்குறிப்பிட்டுள்ளபடி, நமது கல்வியறிவில்லா பாட்டிகள் அத்தகைய சிகிச்சைகளை மேற்கொண்டு வந்தனர்.

உதாரணமாக, மஞ்சட்காமாலை போன்ற வியாதி 'அரைகுறை வைத்தியர்'' என்ற கேலிக்குரியவர்களால் தீர்க்கப்பட்டுவிடுகிறது. நமது பாட்டிகள் மூன்று நாட்களிலேயே குணப்படுத்திக் காட்டுகிறார்கள். சாதாரண வியாதியான மஞ்சட்காமாலை பீடிக்கப்பட்டு அலோபதி சிகிச்சை மேற்கொண்டவர்கள் பலர் இறக்க நேரிட்டதை நான் அறிவேன். ஒன்று அல்லது இரண்டு பிரபலமான சம்பவங்களைச் சொல்கிறேன். அப்போதைய சென்னை ஆளுனரின்

மகன் (ஆளுரின் பெயர் தெரியவில்லை) புகழ்பெற்ற சினிமா நடிகர் திரு. என். எஸ். கிருஷ்ணன் ஆகியோர் சென்னை அரசாங்க பொது மருத்துவமனையில் (மஞ்சட்காமாலை நோய் காரணமாக) சிகிச்சை பெற்று இறந்தனர். சமீபத்தில் (22-1-1987) மெல்லிசைக் குழு நடத்துனர் திரு. ரமேஷ் (35) அவர்களும் மஞ்சட்காமாலை வியாதி காரணமாக அரசாங்க பொது மருத்துவ மனையில் காலமானார்.

முன்னேற்றமடைந்திருப்பதாகக் கூறப்படும் நவீன மருத்துவ முறையினால் இந்த சாதாரண வியாதியை (மஞ்சட்காமாலை) குணப்படுத்த ஒரு தக்க மருந்தினை உருவாக்க முடியவில்லை என்ற நிலையை நிருபித்துக் காட்டவே, இந்த சம்பவங்கள் குறித்துக் காட்டப்பட்டுள்ளன. ஆஸ்துமா வியாதியும் இதில் அடங்கும்.

ஆஸ்துமா வியாதிக்கு மருந்தாகக் கடைகளில் எண்ணிறைந்த மாத்திரை வகைகளும், துப்பாக்கி குண்டு வடிவான உறை மருந்துகளும் (capsules) சிரப்புகளும் உள்ளன. சில மணி நேரங்களுக்கு மூச்சுத் திணறலை (Wheezing) விடுவிக்கச் செய்யும் இயல்புடையதும் நோயாளிகள் தாய் மருந்தெனக் கூறப்படுவதுமான எப்டிரின் மருந்தே பெரும்பாலும் இவைகளில் அடங்கியுள்ளது. என்று நான் நினைக்கிறேன். நோயாளிகள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இந்த மருந்துகளுக்கு அடிமை ஆகிவிடுகிறார்கள். தங்கள் வீடுகளை விட்டு வெளியே போகும் போது பல ஆஸ்துமா நோயாளிகள் மாத்திரைகளையும் தங்கள் பாக்கெட்டுகளில் போட்டு எடுத்துச் செல்கிறார்கள். இத்தகைய மருந்த வகைகள் அரசாங்கத்தின் அடையாளப் பதிவுச் சின்ன முத்திரையிடப்பட்டு வருகின்றன. இந்த மருந்துகளின் பக்க விளைவுகள்தான் படபடப்பு (Palpitation) தூக்ககலக்க நிலை (drowsiness) நரம்புத் தளர்ச்சி (nervous debility) ஆகியவை.

எப்படி இருப்பினும் சில சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவர்களது நிர்வாகத் திறனைப்பற்றி இங்கு நான் குறிப்பிடத் தயங்கமாட்டேன். அலோபதி மருந்துகளைப்போல விரைவான நிவாரணத்தைத் தருவதற்காக, இவர்கள் சிலவகை சூரணங்களுடன் (Powder) ஸ்டெராய்ட்ஸைக் (steroids) கலந்து நாட்டு மருந்துகள் போல தந்துவிடுகிறார்கள்.

அதிக அளவு போதை தரும் (ஆல்கஹால்) தன்மை கொண்ட சிலவகை அரிஷ்ட மருந்துகள் முன்பு கடைகளில் விற்கப்பட்டன; இன்றும் முக்கியமாக தென் மாவட்டங்களில் விற்கப்பட்டுவருகின்றன. மதுவகைகள் ரத்து செய்யப்பட்டிருந்த நாட்களில் ஆயுர் வேத மருந்து என்ற பெயரில், அவர்கள் குடிகாரர்களின் ஆரோக்கியத்தைப் பற்றிய கவலையின்றி, அம்மருந்தினை விற்று பணத்தைக் குவித்தார்கள்.

புற்றுநோய் மற்றும் குணமாக்க முடியாத நோய்களுக்கும் நிவாரணமளிக்கக் கூடிய சித்த மருத்துவத்தின் வளர்ச்சிக்குத் தடைகளை உண்டு பண்ணும் வகையில் நமது நாட்டில், முக்கியமாகத் தமிழ் நாட்டில் அலோபதி மருததுவத் தொழில் அளவிற்கு மீறிய சக்தி படைத்திருக்கிறது.

இத்தகைய சூழ்நிலையிலிருந்து நம்மை நாமே காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்; இதுபோன்ற விஷமத்தனங்களை எதிர்த்து போராட நாம் தயங்கக்கூடாது. சித்த மருத்துவத்தினால் புற்றுநோயைக் குணப்படுத்த முடியும் என்பதை வானொலி தொலைக்காட்சி, செய்தித்தாள்கள் மூலமாக நன்கு விளம்பரம் செய்திட நாம் தயங்கக் கூடாது. எந்த ஒரு ஆராய்ச்சியாளருடைய முன்னேற்றத்திற்கும் மருத்துவர்களின் பொறாமை என்பது ஒரு கல்தடை போன்றதாகும்.

புற்றுநோயைக் குணப்படுத்தக்கூடிய மருந்து இல்லை என்பது உலக முழுவதும் அறிந்ததாகும். சித்தர்களுடைய, மகரிஷிகளுடைய வழிநடப்பவர்களாகிய நாம் அவர்களது மருந்தியல் குறிப்பேடு (Pharmacopias) மருந்துகலவை தயார் செய்யும் முறை(Recipes) ஆகியவைகளிலிருந்து புற்றுநோய்க்கான மருந்துகளைத் தயாரித்தளித்து நமது நாட்டை உலக நாடுகளில் முதன்மையான இடத்தைப் பெறச் செய்ய முடியும் என்பதை இந்த உலகில் முரசறைந்து தெரிவிக்க வேண்டும். மகாத்மா காந்தி அரை ஆடையே உடுத்தி சாம்ராஜ்ய சக்ரவர்த்திகளுக்கு எதிராகப் போராடி, சுதந்திரத்தை நமக்கு அளித்தார். ஆனால் பேய்க்குணங்கள் நிறைந்த நமது எதிரிகள் நமது மருத்துவத் துறையில் நம்மை நசுக்கும் நோக்கத்துடன் நடக்க முயற்சித்தால், நாம் அவர்களை எதிர்த்து சுறுசுறுப்புடன் போராடியாக வேண்டும்.

இருப்பினும் கடைசியாக நமது நாடு நமது இந்திய நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை முறையை ஏற்றுக் கொண்டுவிட்டது என்பதை மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக்கொள்கிறோம். பிரிட்டிஷ் ஏகாதிபத்தியம் இருந்த காலத்திலேயே இது ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட ஒன்றுதான். இருந்தாலும் நமது சித்த மருத்துவர்களோ அதை அலட்சியப்படுத்திவிட்டார்கள். குறிப்பாக நமது சென்னை மாநில மாணவர்கள் (ஒருங்கிணைந்த மருத்துவ முறை கல்வி பயில்பவர்கள்) வேலை நிறுத்தம் செய்து அரசாங்கத்திற்கு கடுமையான பிரச்சனைகள் உண்டாக்கிவிட்டார்கள். இதனால் கல்லூரியே மூடப்பட்டு, பாளையம்கோட்டைக்கு மாற்றப்பட்டு விட்டது. தலை நகரப்பகுதியில் இந்திய நாட்டு மருத்துவத்தைப் பயிற்றுவிக்கும் ஒரு கல்லூரிக்கூட இல்லை என்பது வருத்தத்திற்குரிய விஷயமாகும்.

புற்றுநோய் சிகிச்சையில் அலோபதி மருத்துவத்தில் பங்கு பற்றிய விஷயத்திற்கு இப்பொழுது நான் மீண்டும் வருகிறேன். அமெரிக்க ஐக்கிய நாட்டின் புகழ் பெற்ற மருத்துவர் பீட்டர் பேரி சாக்கா (peter Barry chakka) இவ்வாறு எழுதுகிறார்.

வேதியியல் மருந்துகளின் உதவியினால் புற்றுநோயைக் கட்டுப்படுத்த முயற்சிப்பது மொத்தத்தில் கொடிய வஞ்சமாகும் இதனால் வரும் பக்க விளைவுகளினால் உண்டாகும் நீடித்ததுன்பத்திற்கு தன்னைத் தாக்குப்பிடிக்க முயற்சிக்கும் அளவிற்கு நோயாளி உயிரோடிருப்பாரா? இதை சரியாகச் சொன்னால் ஒரு சூதாட்டமே!

இரண்டாவது உலக யுத்தத்தின் போது முதன்முதலாக இரசாயன சண்டைப் பொருட்களாக (chemical warfare) உருவாக்கப்பட்ட சக்திமிக்க ஆன்டிமெடபோலைட்ஸ் (Antimetabolites) மற்றும் நைட்ரஜன் மஸ்டார்ட்ஸ் Nitrogen mustrads) ஆகியவைகளை நோயாளிகள், மற்றும் உடல் மெலிந்த நோயாளிகள் ஆகியோர்களுக்கு புற்று நோயினை அழிக்கும் எண்ணத்துடன் பயன்படுத்தப்பட்டன. ஆனால் அவைகளே எதிரிகளாக ஆகிவிட்டன அவைகளே புற்று நோய்க்கான சிகிச்சை ஒரு விளையாட்டுச் சண்டையாகிவிட்டது

தேசிய புற்றுநோய் கழகத்தில் (National Cancer Institute) சாதாரண புற்றுநோய் பற்றியும் வேதியியல் சிகிச்சை பற்றியும் சமீபத்தில் மேற்கொள்ளப்பட்ட பல ஆராய்ச்சிகளிலிருந்து கிடைத்த முடிவுகள் 'புற்று நோய் வேதியியல் சிகிச்சை அறிக்கை' என்ற புத்தகத்தில் வெளியிடப்பட்டுள்ளன. அதில். சிகிச்சை செய்யப்பட்ட 25 சதவிகித நோயாளிகள் மருந்துகளின் நச்சுப்பண்பு காரணமாக மட்டும் இறந்து விட்டனர். உண்மையில் சுபாவமாகவே எல்லாவித புற்று நோய்களுக்காவும் செய்யப்படும் வேதியியல் முறை சிகிச்சை மருந்துகள் ஒரு குறிப்பிட்ட அளவில் மிகவும் நச்சுப்பண்பு கொண்டவையாகவும். தடுப்பாற்றலைத் குறைக்ககூடியதாகவும் புற்று நோய் ஊக்கிகளாகவும் இருக்கின்றன.

கலிபோர்னியா பல்கலைக்கழகத்தில் மருத்துவ, பௌதிக, உடல் கூறு சாஸ்திரப் பேராசியரான திரு. ஹார்டினி ஜோன்ஸ், பிஎச்டி (Hardni Jones Ph.D) அவர்கள் அமெரிக்கன் புற்றுநோய் கழக விஞ்ஞான எழுத்தாளர்கள் சங்கத்தில் 1969-ல் நடந்த ஒரு கருத்தரங்கத்தில் சமர்ப்பித்த அறிக்கையில் குறிப்பிடுகிறார் ஓர் ஒழுங்குத் தன்மைக்குட்பட்ட உயிரின வாழ்நாள் குறிப்புகளிலுள்ள தவறுதல்களே புற்றுநோய் சிகிச்சையிலிருந்து பெறப்படும் பலன்களுக்குச் சாட்சியாகும்

1975-ல் ஜோன்ஸ் எனும் மருத்துவர் கூறுவது யாதெனில்; புற்றுநோயால் பீடிக்கப்பட்டவர்களில் சிகிச்சைக்குட்படாதவர்கள் சிகிச்சைக்குட்பட்ட நோயாளிகளைக் காட்டிலும் நடைமுறையில் நான்கு மடங்கு அதிகமாக வாழ்கிறார்கள் என்பதை எனது ஆராய்ச்சி முடிவாக நிரூபித்துள்ளது. டாக்டர் ஜோன்ஸின் இந்த முடிவுகளையாரும் எதிர்க்கவில்லை.

அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ராவன் (Raven) எஃப்.ஜே. ரோ (F.J.Roe) என்பவர்கள் 'புற்றுநோய் தடுப்பு' எனும் மருத்துவப் பத்திரிகையில் புற்று நோய் அல்லது வெண்புற்றுநோய் விளைவிக்கக்கூடிய ஆன்டிபையாடிக்ஸ்' மருந்து வகைகளில், 'பென்சிலின்' 'சல்பனாமைட்ஸ்' (sulphanamides) ஆக்டினோமைசின் (actionomicin) 'ஸ்ட்ரெப்டோமைசின்' (strep-

tomycin) மற்றும் 'இசோனையாஸ்டு' **(Isoniazed)** முதலியனவைகளையும் அட்டவனைப்படுத்தி உள்ளார்கள்.

(நன்றி! ஈஸ்ட் அண்டு வெஸ்ட் ஜர்னல்)

நல்லுணவு பெறமுடியாத நமது குழந்தைகளுக்கு காசநோயின் ஆரம்பத்தாக்குதலுக்காக **(primary complex)** கூடைக்கணக்காக ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் ஊசி மருந்துகள் தினம் போடப்பட்டுவருவது எல்லாவற்றிலும் கொடுமை நிறைந்ததாகும்! அப்படி ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் போடப்பட்ட குழந்தைகள் கயிறுகளைப் போல் துவள்வதையும் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை இழந்து விடுவதையும் இரத்தச் சோகையால் அவதிப்படுவதையும் நான் எனது அனுபவத்தில் பார்த்திருக்கிறேன் தங்களது இளம் வயதில் நிறைந்த அளவு ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் ஊசி போட்டுக்கொண்டவர்கள் தான் பின்பு அவர்களது நடுவயதுக் காலத்தில் வெண்புற்றுநோய்க்கு **(leukamia)** ஆளாகிறார்கள்.

சாதாரணஜுரத்திற்காகக்கூட மருத்துவர்கள் பென்சிலின் அல்லது மற்ற ஆன்டிபையாடிக்ஸ் ஊசி மருந்துகளைக் குழந்தைகளுக்குத் தந்து அவைகளுக்கு ஊறு விளைவித்து அல்லது முடமாக்கி வடுகிறார்கள். அவர்களின் புட்டப்பகுதிகள் ஊசி போடப்பட்டவுடனேயே அக்குழந்தைகள் கால்கள் அல்லது கைகள் பாரிசவாயுவிற்காளாகி விடுகின்றன. குழந்தையின் தாய் சிகிச்சையளித்த அந்த மருத்துவரை அணுகிக் கேட்டால் அதற்கு மருத்துவர் அவளைக் கண்டபடி பேசி குழந்தையை குழந்தைகள் மருத்துவச் சாலைக்கு எடுத்துச் செல்லும்படி கூறிவிடுவார். அங்கு குழந்தைக்கு பிளாஸ்டர் ஆப் பாரீஸ் கட்டு போட்டுவிடுவார்கள்; அதனால் எந்தவித குறிப்பிடத்தக்க பலனுமிராது. இவ்விதம் முடமாக்கப்பட்ட பலப்பல குழந்தைகளை நான் பார்த்திருக்கிறேன் என்னிடம் அப்படி வந்த குழந்தைகளில் 50 சதவிகிதத்திற்கு மேலாகக் குணப்படுத்தி வெற்றியும் கண்டுள்ளேன்.

வழக்கமாகக் குழந்தைகளிடம் காணப்படும் ஜலதோஷமும், சளியும் **(Cold and phlegm)** தான் ப்ரைமரி காம்ப்ளெக்ஸ் **(primary complex)** எனும் நோய் துளசித் தண்ணீரைத் **(holibasil)** 40 நாட்கள் தொடர்ந்து தருவதன் மூலம் அல்லது

வேப்ப எண்ணை மூலம் குழந்தையின் தாயே இந்த நோயைக் குணப்படுத்த முடியும்

இப்பொழுது நமது பிரதான பொருளான புற்றுநோய் பற்றி ஆராய்வோம்! உலகமுழுவதிலும் அலோபதி முறையில் இந்த நான்கு விதமான சிகிச்சைஅளிக்கப்படுகிறது 1. ஊடு கதிர் மருத்துவம் **(radio therapy)** 2. அறுவை சிகிச்சை **(Surgery)** 3. பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளில் ரேடியம் ஊசிகளைப் பதித்தல் **(Implantation of Radium needles on affected part)** 4. வேதியியல் சிகிச்சை முறை **(chemo therapy)**

வேதியியல் சிகிச்சை முறை (Chemotherapy)

இந்த சிகிச்சையால் உண்டாகும் நாசவிளைவுகளைப் பற்றி நாம் ஏற்கனவே ஆராய்ந்துவிட்டோம் நோயாளியின் உடலிலுள்ள இரத்தச் சிவப்பணுக்களைப் **(Haemoglobin)** பலவீனப்படுத்த ஒன்று அல்லது இரண்டு ஊசிகள் போதுமானவை. பொதுவாக ஒரு கால சிகிச்சையாக ஆறு அல்லது ஏழு முறை ஊசிகள் குளுகோஸ்கலந்ததாக சிரைக்குள் **(Intravenous)** செலுத்தப்படுகின்றன. அது உடனடியாக நேராக இரத்தத்தில் கலந்து விடுகிறது. ஒரு திடமுள்ள மனிதனால் ஒன்று அல்லது இரண்டு ஊசிகளைத் தாங்கிக் கொள்ளமுடியும். பல நோயாளிகள் இதன் விளைவாக வாந்தி, தூக்கமின்மை, பேதி, பசியின்மை, உளச் சோர்வு, ஜுரம், தலைமயிர் கொட்டுதல், நாக்கும் நகங்களும் நீலநிறமடைதல், போன்ற பயங்கரமான எதிர் விளைவுகளைச் சந்திக்கின்றனர் இந்த நோயாளி ஒரு வாரத்திற்குள் இரத்தச் சோகையால் தாக்கப்படுகிறான். நோயாளியின் தாங்கும் சக்திச்கேற்ப இரத்தம் உடலில் செலுத்தப்படுகிறது. அவன் அல்லது அவள் தன்னுடைய உறவினர்களிடமிருந்து இரத்தம் பெற்றுத் தரவேண்டும், வெளியார் இரத்தம் அது செலுத்தப்பட 20 அல்லது 25 தினங்களுக்குள் வெளியேற்றப்பட்டுவிடும் என்பதை ஏற்கனவே குறிப்பிட்டுள்ளோம். எனவே மீண்டும் அதே பழைய இரத்தச் சோகை நீடிக்கிறது. சில நோயாளிகளின் கல்லீரலுக்கும் ஊறு

விளைவதால் அவருக்கு மஞ்சள் காமாலை வியாதி உண்டாகிறது. இதுதான்சிகிச்சையின் முடிவான கட்டம். நோயாளி மறுபடியும் மருதத்துவசாலைக்கு சென்றால் மஞ்சட்காமாலை நோய் தீர்ந்த பிறகு வரும்படி மருத்துவர் சொல்லி விடுவார் பல நோயாளிகள் விஷயத்தில் ஊடுகதிர் மருத்துவச் சிகிச்சைக்குப் பின் உடலில் சில பகுதிகளில் நீர்க்கணுக்கள் (Lymphomds) போன்ற இரண்டாம் நிலை நோய்கள் (secondaries) ஏற்படுகின்றன.

மார்பு முலைகளை அறுத்து நீக்கும் சிகிச்சையில், வேதியியல் சிகிச்சை முறையானது வளர்ந்து வரும் கணுக்களை (nodes) தடுத்து நிறுத்துவதற்காககைக்கொள்ளப்படுகிறது. ஆனால் அது நோயாளி விரைவாக மரணக்குழிக்கு சென்றுவிடவே துணைபுரிகிறது.

சில மருத்துவச் சாலைகளில் அறுத்து நீக்கும் சிகிச்சையுடன், பரிசோதனை முறையாக கருப்பையிலும் அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படுகிறது, பரிசோதனையும் தவறுகளும் தொடர்கின்றன. வந்துள்ள நோயைவிட குணப்படுத்தும் சிகிச்சை மோசமானதாகிறது.

உதாரணத்திற்கு 'ரோபெரான்-ஏ' (roferon-A) (வேதியியல் சிகிச்சை மருந்து) என்பது சிங்கப்பூரிலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட ஒரு மருந்து. இணைப்புத்திசுப்பற்று (Sarcoma) வியாதியைக் குணப்படுத்தக்கூடியதாக சொல்லப்படும் மருந்து இது. ஒரு சிறு குப்பிக்கு ஆயிரம் ரூபாய் விலையுள்ளது. பயங்கரமான பக்கவிளைவுகளையும் உண்டு பண்ணக்கூடியது, அந்த மருந்துப் பெட்டிக்குள் உள்ள துண்டுக் காகிதத்தில் கீழ்க்கண்ட பின் விளைவுகள் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன;

பக்க விளைவுகளும் எதிர் விளைவுகளும்

பொதுவாக சிகிச்சை முறையில் மருந்து உட்கொள்ளலைக் குறைத்தல், சிகிச்சையை நிறுத்திவைத்தல் அல்லது தடை செய்தல் இவைகளைப் பொறுத்தே எதிர் விளைவுகளிலும் மாறுதல்கள் ஏற்படுகிறது. இன்புளுவன்ஸா _ எனப்படும் குளிர் ஜுரம்,

ஜுரம்சீதளம் (எப்பொழுதாவது விறைப்பு ஏற்படல்) தலைவலி, உடல்சோர்வு, மூட்டுவலி, தசைவலி ஏற்படுதல் போன்ற அறிகுறிகளே மிகவும் அடிக்கடி ஏற்படுகின்ற பக்க விளைவுகள் பாரசெடாமல் (paracetamol)ன் மருந்தினையும் கூடவே கொடுப்பதினால் இத்தகைய பக்க விளைவுகள் வழக்கமாகக் குறைக்கப்படலாம் அல்லது நீக்கப்படலாம் அல்லது மருந்து உட்கொள்ளுதலில் முதலில் மாறுதல் செய்து தொடர்ந்து இந்தச் சிகிச்சை தரப்படின் இப்பக்க விளைவுகள் முற்றிலும் குணப்படுத்தலாம். ஆனால் இந்தத் தொடர் சிகிச்சையால் மயக்க நிலை உடல் மெலிவு, களைப்பு, ஆகியவைகள் பக்க விளைவுகளாக உண்டாக்கக்கூடும். மருத்துவச் சாலை ஆராய்ச்சிப்படி (clinical studies) கடுமையான பசியின்மை நோயும் (anorexia) எடை குறைதலும் நோயாளிகளில் 17 சதவிகிதத்தினருக்கு ஏற்பட்டிருந்தது தெரியவந்தது.

மத்திய நரம்பு மண்டலப் பகுதியின் இயக்கத்திலும் குறிப்பிடத்தக்க விளைவுகள் ஏற்படக்கூடும். இதனால் உயர் இரத்த அழுத்தம், குழப்பம், கிறுகிறுப்பு தலைச்சுற்றல், தூக்கக் கலக்கம், நரம்புத்தளர்ச்சி, கடுமையான தூங்கி விழும் தன்மை (somnolence) நினைவற்ற நிலை (coma) முதலிய சிக்கல்களும் எப்பொழுதாவது தோன்றலாம். பாரஸ்தேசியா (paraesthesia) மரத்துப்போதல் (numbness) நியூரோபதி மற்றும் நடுக்கம் முதலியவைகளும் எப்பொழுதாவது ஏற்பட்டதாகத் தெரியவருகிறது.

இண்டெர்பெரான் (interferan) தரப்படுவதால் தற்காலிகமான உயர் இரத்த அழுத்தம் நீலம் பூத்தல் (cyanosis) அர்தித்மையாஸ் (arthythmias) மற்றும் படபடப்பு போன்ற நோய்களை சில நோயாளிகளிடம் தரப்பட்ட நோயாளிகளிடம் அதிகப்படுத்திவிடலாம் இண்டர்பெரான் தரப்பட்ட நோயாளிகளிடம் அபூர்வமாக, கடுமையான இதயஇரத்தக் குழாய் தொல்லைகள் (cardiovascular) தெரிய வருகின்றன,

இதயத்தசைத்திசுஅழற்சி (myocardial infarcrtion) பெருமூளை நாளங்களில் விபத்துக்கள். (cerebral vascular)

நெருக்கங்கள் மிகுந்த இதய இயக்கம் நின்று போதல், (Congestive cardiac Failure) நுரையீரல் வீக்கம், **(Pulmonary oedema)** மூச்சுத் தடை **(Cordiorespiratory arrest)** ஆகிய விளைவுகளும் இதில் அடங்கும்.

பல நோயாளிகள் பசியின்மையையும் (Anorexia) வாந்தியுணர்வையும் அனுபவிக்க நேரிடுகிறது மற்ற வயிற்றுக் கோளாறுகளாக அஜீரணமும் பேதியும் மிகவும் அடிக்கடி ஏற்படுகின்றன அபூர்வமாகச் சில நோயாளிகளிடம் வயிற்றுப்புண் (Peptic ulcers) மறுபடியும்தோன்றிவிடுகிறது. வயிற்றுக் குடல்களில் (gastrointestinal) இரத்தப்போக்கு காணப்பட்டதாகவும் கூறப்படுகிறது.

மருத்துவப் பரிசோதனைக் கூடத்தில் மிகவும் அடிக்கடி கண்டறியப்பட்ட நோய்களில் கல்லீரலில் அதிகமான செயல் பாடு, கருப்பைக் கோளாறு, இரத்த வெள்ளைஅணுக்களில் சிதைவு (குறிப்பாக மைலாய்டு வகை) (myeloid series) இரத்த வட்டங்களின் (platelet counts) எண்ணிக்கையில் சரிவு ஆகியவைவழக்கத்திற்கு விரோதமானவையாய் இருந்தன. எப்பொழுதாவது மருந்து உட்கொள்ளும் அளவினைக் குறைத்தல் இவைகளுக்குப் போதுமானதாகும், கடுமையான இரத்த இயல் தொடர்பான (haematological) அசாதாரணத் தன்மையைத் தொடர்ந்து நோயாளி சிகிச்சைக்கு முன்பிருந்த உடல்நிலையை அடைய சிகிச்சையை நிறுத்திய பின் 7 அல்லது 10 நாட்களா கின்றன,

அபூர்வமாக சில நோயாளிகளிடம் குறைவுபட்ட சிறுநீரக இயக்கம் ஏற்பட்டிருக்கிறது. பொதுவாக பசியின்மை அல்லது உடலில் நீர்க்குறைபாடு (dehydration) சேர்ந்து கொண்டு. மின் அயனிகளினன் (Electrolyte) பாதிப்புகள் ஏற்படுவது தெரிய வருகிறது இன்டர்பெரான் (interferon) எடுத்துக்கொண்ட நோயாளிகளிடம் எப்பொழுதாவது தோன்றக்கூடிய மற்ற எதிர் விளைவுகள், ஊசி போடப்பட்ட இடங்களில் எதிர் விளைவுகள், உதட்டு அக்கி, (herpes labialis) தடிப்பு, (Rash) ப்யூரிடஸ் (puritus) இலேசான அல்லது சுமாரான வழுக்கை, (alopecia)

தோல் வறட்சி , ரினோர்ரியா (rhinorrhoea) மூக்கில் இரத்த கசிவு (epistaxis) ஆகிய நோய்ப்பண்புகள் மிகைத்துக் காணப்படுகிறது.

சிகிச்சை செய்யப்பட்ட நோயாளிகளில் நான்கில் ஒரு பங்கு நோயாளிகளிடம் 'ரெபெரான் - ஏ (Referon - A) யினை நடுநிலையாக்கும் 'உடற்காப்பு மூலங்கள்' இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டன. ஆனால் இதுவரை இவைகள் இருப்பதை மருத்துவச் சாலையின் விளைவுகளாக (sequence) பதிவு செய்யப்படவில்லை. உயிர்களின் வெளி நச்சுகளாகிய இன்டர்பெரானை (interferon) இதற்கு முன் ஒரு போதும் எடுத்துக்கொள்ளாத நோயாளிகளிடம், சில மருத்துவ ஆய்வுக்கூடங்களின் குறிப்பிட்டதொரு சூழ்நிலையில், மனித உடலின் இரத்த வெள்ளை அணுக்கள். இன்டர்பெரானுக்கு உடற்காப்பு மூலங்கள் தன்னிச்சிசையாக ஏற்படலாம். உயிருக்கு ஆபத்தான நோய் (Malignant), மண்டலத்தோல் முடிச்சு நோய் (systemiclupus) செந்தடிப்பு (erythemalosus) அக்கப்படை (herpeszostor). சிகிச்சை இல்லங்களால் பரிந்துரை செய்யப்பட்ட வேளை அளவு மருந்தைவிட அதிகமான அளவுகள் கொடுக்கப்பட்ட வடஇந்தியக் குரங்குகளிடம் (Rhesus) மாதவிடாய் காலம் நீடித்துவிடுகின்ற குறை உட்பட, தற்காலி கமான மாதவிடாய் வட்டத்தில் ஒழுங்கற்ற தன்மைகளும் கண்டறியப்பட்டன. இந்தக் கண்டுப்பிடிப்புகள் மனிதனுக்கு பொருத்தமாவது பற்றி எதுவும் நிர்ணயம் செய்யப்படவில்லை.

அளவிற்கதிகமாக (ஒரு வேளைக்கு) மருந்து

அளவிற்கதிகமாக ஒரு வேளைக்கு மருந்து கொடுக்கப் பட்டதாக விவரங்கள் இல்லை எனினும் மீண்டும் மீண்டும் தரப்படும் அதிக அளவு இன்டர்பெரான் மருந்துகளால் ஆழ்ந்த மயக்க நிலை (lethargy) களைப்பு, பலமிழந்த தன்மை, நினைவற்ற நிலை, ஆகியவைகள் தொடரும். அத்தகைய நோயாளிகளிடமுள்ள அதிகப்படி மருந்தினை அப்புறப் படுத்துவதற்காக அவர்கள் வைத்தியசாலைகளில் சேர்க்கப்பட்டு, தக்க துணைசிகிச்சை அளிக்கப்பட வேண்டும்.

இணைப்புத்திசுப்புற்று நோய் (sarcoma) வந்த நோயாளிகளில் 10 சதவிகிதத்தினராவது காப்பாற்றப்பட்டிருந்தால், அவ்வித இணைப்புத்திசுப்புற்று நோய் வந்த நோயாளி இத்தகைய அஞ்சத்தக்க பின் விளைவுகளைத் தாங்கிக் கொள்ள உற்சாகம் கொள்வான். ஆனால் தரப்படும் மருந்துகளின் விளைவுகள் எப்படிப் பட்டது என்று கடவுள் ஒருவருக்கே தெரியும்.

கர்ப்ப காலத்தில் உபயோகித்தல்

பலன்தரக்கூடிய கருத்தடை சாதனங்களை உபயோகப் படுத்தும் பழக்கமில்லாத இளமை நிறைந்த இருபாலருக்கும் மற்ற புற்றுநோய் தடுப்பு மருந்துகளைப்போல, ரெபெரான்-ஏ மருந்து தரப்படுதல் கூடாது. கர்ப்பகாலத்தில், கர்ப்பத்திலுள்ள சிசுவிற்கு ஆபத்து ஏதுவும் இல்லை என்றால்தான் ரெபெரான்-ஏ தரப்படவேண்டும். பிராணிகளிடம் செய்யப்பட்ட சோதனைகள் ரெபெரான்-ஏ மருந்தினை ஒரு டீடோஜென் (teatogen) என்று எடுத்துக்காட்டாவிட்டாலும், அதனால் மனிதக் கருவிற்கு ஏற்படும் விளைவுகள் சரியாக அறியப்படாதவை.

கர்ப்பகாலத்தில் துவக்கால முதல் நடுப்பகுதிவரை, கர்ப்பம் கொண்ட வடஇந்தியக் குரங்குகளுக்கு இம்மருந்தை மருத்துவசாலையில் பரிந்துரை செய்யப்பட்ட வேலை-அளவு (dose) மருந்தைவிட மிக அதிகமாகத் தரப்பட்டபொழுது, கருசிதைப் பானுடைய (abortifacient) விளைவு ஏற்பட்டது கண்டறியப்பட்டது. மனித உடலில் சுரக்கும் பாலில் இன்டெர்பெரான் கழிவுப்பொருளாக வருகிறது என்றோ, பால்சுரக்கின்ற தன்மையால் அதன் பாதிப்பு என்ன என்றோ விவரம் எதுவும் தெரியவில்லை.

பர்கின்ஸ் லிம்போமா (Burkins lymphoma) என்றழைக்கப் படுகின்ற ஒருவகை புற்றுநோய் ஆறுவயதுக் குழந்தை ஒன்றிற்கு வந்தது. அதுப்பற்றி நன்கு பதியப்பட்ட விவரங்கள் இவை, இக்குழந்தைக்கு முதலில் அம்மைநோய் வந்தது. அது குணமாகியபோது மந்திரஜாலம் போல இந்த லிம்போமா நோயும்

குணமாகிவிட்டது. ஒருவேளை நோயாளியின் உடலில் அம்மை நோய் வைரஸ் கிருமிகளுக்கு எதிராக பாதுகாப்பு இயக்கம் உருவெடுக்க, அதுவே புற்றுநோயையும் எதிர்த்து வெற்றி கண்டிருக்கலாம்.

கதிர்வீச்சு (Radiation) மூலமோ அல்லது வேதியியல் சிகிச்சை மூலமோ அல்லது புற்றுநோய் கண்ட தசைப்பதியை அறுத்தெடுப்பதன் மூலமோ தான் நாம் இதுவரை புற்றுநோய் உயிரணுக்களை அழிக்க முயற்சி மேற்கொண்டுள்ளோம். உடலின் பல பகுதிகளில் (நுரையீரல், உணவுக்குழாய், வயிறு, கணையம், கல்லீரல் முதலியன) வந்துள்ள புற்றுநோய் உயிரணுக்கள் திடீரென்று வெளியேறிவிடுவதில்லை என்பதை நாம் சிறிதும் எண்ணிப் பார்ப்பதில்லை. வைரஸ் கிருமிகள்போல புற்றுநோய் உயிரணுக்கள் நம்மை வெளியிலிருந்து வந்து பற்றிக் கொள்வதில்லை, ஆனல் நமது உடலுக்கு உள்ளிருந்தே வெளிப்படுகிறது. மூலக்காரணம் அறியப்படாத நோய் வகைகள் எவ்வளவோ இருக்கின்றன. ஆனால் இரண்டாம் நிலையான நோய்களே அறியப்படுகின்றன. இதனை புற்றுநோயாளிகளுக்குத் தெரியப்படுத்த மருத்து வர்கள் வெட்கப்படுவதில்லை. இரண்டாம் நிலையான (secondaries) புற்றுநோய் உயிரணுக்களை அழிக்க முயற்சி செய்யப்படுகிறது. அதே நேரத்தில் நம் உடல் இயக்கத்திற்குப் பாதுகாப்புக் கவசமாக இருக்கக்கூடிய உயிருள்ள நமது உயிரணுக்களையும் கொன்றுவிடுகிறார்கள். மாறுதலே இல்லாமல் ஒரே மாதிரி புற்றுநோய் சிகிச்சைக்குப்பின், இரண்டாம் நிலையாகத் தோன்றியுள்ள புற்றுநோய்கள் இன்னும் பல இரண்டாம்தர புற்றுநோய்களை பல மடங்காக பெருக்கி விடுகின்றன.

புற்றுநோய் உண்டாக்கும் உயிரணுக்கள் இரத்த ஓட்டத்தில் கலக்க இரத்த ஓட்டம் அவற்றை நம் உடலின் மூலை முடுக்குகளிலெல்லாம் எடுத்துச் செல்கிறது என்ற சாதாரண உயிரியல் (Biology) அவர்களுக்கு தெரிவதில்லை. புற்றுநோய் அஞ்சத்தக்கதல்ல. நமது பரம்பரை வழியில் வந்த சிகிச்சை முறைகளைப் பெற்று குணமடைய நோயாளிகளுக்கு

வழிவிடுங்கள். அத்தகைய நோயினால் நாம் எப்பொழுதாவது பீடிக்கப்பட்டோமா என நினைக்கும்படி எந்த நினைவுமின்றி, அவர்களில் பலர் பல்லாண்டு உயிர்வாழ்வார்கள்.

ஊடுகதிர் மருத்துவம் (Radio therapy)

கருப்பை வாயில் புற்றுநோய் கண்டுள்ள சில நோயாளிகளிடம் ரேடியம் ஊசிகள் பதியவைக்கும் பழக்கம் மேற்கொள்ளப்படுகிறது. பிறகு, அவர்கள் கூறுவதுபோல் 25 அல்லது 30 முறைகளில் 5000 முதல் 6000 ரேட்ஸ்(Rads) வரையுள்ள ஊடுகதிர் மருத்துவ சிகிச்சை செய்யப்படும். நோயாளி மருத்துவச் சாலைக்குள் வரும் பொழுது அவள் கன்னிமகள் போல் நடந்து வருகிறாள். ஆனால் சிகிச்சை முடிந்ததற்குப் பின் மருத்துவச்சாலையைவிட்டு வரும்பொழுது, அவள் நடந்துவர இருவரது பக்கத்துணை வேண்டியிருக்கும். மேலும் 10 அல்லது 20 அடிகள் நடந்த பின்பு, அவள் சிரமப் பட்டு சுவாசிப்பாள், ஏன் இந்த விளைவு? மருத்துவச் சாலையியிருந்து விடுதலை செய்தபிறகு, இரு மாதங்களுக்குப் பிறகு பரிசோதனைக்காக மருத்துவமனைக்கு வரும்படி அவள் அறிவுறுத்தப்படுவாள். அவர்களில் சிலர் அப்படி வரும் பொழுது மலக்குடலிருந்து இரத்தக்கசிவு, வயிற்றிலும், இடுப்பிலும் தாங்க முடியாத வலி, சிறுநீர்க்குழாயில் எரிச்சலுணர்வு முதலியவற்றுடன் வருவர். மற்றவர்களுக்கோ பயணம் செய்து மருத்துவசாலை வர உடலில் சக்தியிருக்காது. வலி தாங்க முடியாமல் ஆற்றலிழந்து மரணமடைந்துவிடுவர். சில பெண்களுக்கு பெண்குறியில் கனுக்கள் போன்றவை தோன்றி தொடை, கைகள், கால்கள் இவற்றில் வீக்கங்களும் ஏற்படும். உலகில் உள்ள எந்த டாக்டர்களாலும் இந்த வீக்கங்களை குணப்படுத்த முடியாது.

மருத்துவர் பிறகு ஏதாவது டானிக்குகளையும், வலிநீக்கி மருந்துகளையும், உள அமைதி ஊக்கிகளையும் கொடுத்துவிட்டு மறுபடியும் நோயாளியைப் பரிசோதனைக்காக வரச் சொல்வார். இது அவர் நோயாளியின் மேல் கொண்ட அக்கரைக்காக அல்ல அவரது சிகிச்சையில் உள்ள பலனை பற்றித் தெரிந்து

கொள்ளத்தான்! மனித உடலில் இரத்தத்தில் உள்ள வெள்ளை அணுக்கள் நோய்களை எதிர்த்துப் போராடும் திறன் பெற்றவை. ஊடுகதிர் மருத்துவ சிகிச்சையானது நோயாளிகளின் உடலில், உள்ள இந்த வெள்ளை அணுக்களையும் புற்றுநோயால் பாதிக்கப்படாத உடலின் மற்ற பாகங்களில் உள்ள உயிர் அணுக்களையும் அழித்துவிடுகின்றன. இதுபோன்ற நோயாளிகளிடம், மருந்தின் துணைகொண்டு இறந்த உயிரணுக்களை மீண்டும் புதிப்பிப்பது என்பது முடியாததாகிறது. இறுதிக் கட்டத்தில் இத்தகைய நோயாளிகள் என்னிடம் சிகிச்சைக்கு வந்துள்ளார்கள். நாட்டு மருத்துவ சிகிச்சை முறையில் வலி நீக்கி மருந்துகளுக்கோ, உள ஊக்கி மருந்துகளுக்கோ இடமில்லை எனவும் நோய்க்கு மட்டுமே தக்க மருந்து உண்டு எனவும் நான் அவர்களுக்குச் சொல்வது வழக்கம். பொறுக்க இயலாத வலியும், தூக்கமின்மையுமே அவர்களது உடனடி பிரச்சினையாகும். அவர்கள் இறங்கத்தக்க வரையில் அதுவரை தரப்பட்ட வலி நீக்கிகளால் பயனில்லை என்று இதைச் சொல்லி, தங்கள் வலியையும் பெண் குறியில் ஏற்பட்டுள்ள எரிச்சலையும் நீக்கச் சிகிச்சை அளிக்கும்படி வேண்டிக்கொள்வார்கள். இத்தகைய நிலைமையில் ஒரு சித்தவைத்தியர் செய்வதறியாமல் வருந்துகிறார். சாதாரணமாக கேட்கக்கூடிய வலி நீக்கி மருந்துகள் நாட்டு மருத்துவத்தில் உண்டு. எரிச்சலை நீக்கக்கூடிய மருந்துகளும் நம்மிடம் உண்டு. இப்படிபட்ட நோயாளிகளில் சிலரையும் சித்த மருத்துவ சிகிச்சையினால் நான் குணமாக்கியுள்ளேன் என்பதில் சந்தேகமில்லை.

உடல் திசு ஆய்வு சிகிச்சை (Biopsy)

சீர்செய்யப்பட்ட வகையினாலான (Standardise diagnosis) ஆய்வு சிகிச்சை என்றாலும் முடிவானதில்லை. நோயாளியின் புற்றுநோய் கண்ட உடல் பகுதியிலிருந்து ஒரு சிறிது தசையை வெட்டி எடுத்து பரிசோதனை செய்யப்படுகிறது. சோதனைக்குப் பின் அது உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடியது என்று கண்டறியப்பட்டால், மருத்துவர் அல்லது இரணசிகிச்சையினர்

அவரது (செய்ததையே செய்யும் வழி முறையிலான) சிகிச்சையை ஆரம்பித்து விடுவார். ஒரு மருத்துவ ஆய்வுக்கூடத்தில் ஒரு நோயாளியின் திசு பரிசோதனையின் முடிவு தீங்கற்றதுணி என்றும், அதே மருத்துவ ஆய்வுகூடத்தில் 20 நாட்களுக்குப்பின் அதே நோயாளியின் வேறு திசு ஆய்வுக்கு அனுப்பபட்டால் அது உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடியது என்றும், முடிவுகள் தரப்படும் சந்தர்ப்பங்களும் உண்டு. ஊடுகதிர் (Radio Therapy) இயந்திரங்கள் பழுதடைந்துவிட்டால் நோயாளி இரண்டு அல்லது மூன்று மாதங்களுக்குப்பின் மீண்டும் வருமாறு கூறப்படுவார்; அல்லது அவர் வேறு ஏதாவது புற்றுநோய் மருத்துவச் சாலைக்கு செல்லுமாறு வழிக்காட்டப்படுவார்.

அந்தப் புதிய மருத்துவச் சாலையும் பழைய புகழ்பெற்ற மருத்துவச்சாலையின் கருத்தினை உறுதிப்படுத்தித் தெரிந்துக் கொள்ளும் வகையில் மறுபடியும் திசு ஆராய்ச்சிச் சிகிச்சையை தொடங்கி நடத்தும். இது எதைக் குறிக்கிறது? சில நோயாளிகள் விஷயத்தில், அந்த இரண்டாவது மருத்துவச் சாலை நோயாளிகளை அவர்கள் முன்னதாக சிகிச்சை பெற்ற அதே மருத்துவச்சாலைக்கே சென்று சிகிச்சை பெறும்படி சொல்லும்.

திசு ஆராய்ச்சி சிகிச்சைக்குபின் சில சமயங்களில் "ஒரு வேளை தீங்கானதாய் இருக்கலாம் (Suggestive Malignancy) என்ற அறிக்கை வெளியிடப்படும். இதற்கு என்ன அர்த்தம்? விஞ்ஞான ரீதியாக ஏற்கப்பட்டுள்ள திசு ஆராய்ச்சி சிகிச்சைக்குப் பின்னும் ஏன் இந்த ஐயப்பாடு?

மார்பு முலைகளில் திசு ஆராய்ச்சி நடந்தபிறகு ஒரு பெண்மணிக்கு அந்நோய்ப் பகுதியை அறுத்தெடுக்க முடிவு செய்யப்பட்டது. அவள் அதற்குச் சம்மதிக்கவில்லை. ஆராய்ச்சிக்காக திசு எடுக்கப்பட்ட முலைப் பகுதியை மட்டும் சிகிச்சை செய்யக் கோரினாள். ஆனால் மருத்துவர்கள் மறுத்துவிட்டனர். அவள் வேறு ஒரு சிகிச்சை இல்லத்திற்குச் சென்று சிகிச்சை வேண்ட அங்கும் சிகிச்சை மறுக்கப்பட்டது. இரண்டு அங்குல ஆழத்திற்கு ஒரு நீண்ட துவாரம் ஏற்பட்டு,

புண் குழியில் சீழ் வழியவும் ஆரம்பித்துவிட்டது. இறுதியாக அவள் என்னைத் தேடி வந்தாள். மயில்துத்தமும் (Copper sulphate), கந்தகமும் (Sulphur) சேர்ந்த வேப்ப எண்ணெயைத் தடவச் செய்தேன் இருபது நாட்களுக்குள் ரணம் ஆறிவிட்டது.

சில நோயாளிகளின் திசு ஆராய்ச்சி முடிவுகள் இருதரப் பட்டவையாக இருந்ததையும் பார்த்திருக்கிறேன். இல்லை (புற்றுநோய்) என்ற அறிக்கையை முதல் இரண்டு திசு ஆராய்ச்சி முடிவுகள் தர சில நாட்களுக்குப்பின் மூன்றாவதாக உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக் கூடியது என்ற அறிக்கையை வெளியிடும்.

இதனால், முதல் இரண்டு முறை செய்யப்பட்ட திசு ஆராய்ச்சிகளின் இடைப்பட்ட காலத்தில் புற்றுநோய் உயிரணுக்களை உண்டாக்கி உள்ளதாகத் தெரியவரும். இத்தகைய முரண்பாடான கூற்றுகளை எப்படித்தான் நாம் விவரிக்க முடியும்.

திசு ஆராய்ச்சிச் சிகிச்சை முறையால் ஏற்படுகின்ற ரண காயத்தினால் அறுக்கப்பட்ட புற்றுநோய் உயிரணுக்களில் இரத்தம் கட்டுதல் ஏற்பட்டு, அது உடலின் மற்ற பகுதிகளையும் பாதிப்பதால், எவ்வளவு சிறிய அளவினதாக இருந்தாலும், ஆராய்ச்சிக்காக திசுவை அறுத்தெடுப்பது என்பது விரும்பத் தக்கதல்ல. சித்தவைத்திய மருத்துவத்தில் இவ்விதமான (ஒரே மாதிரியான மேலும் வழக்கமான) வழிமுறை தேவைப் படுவதில்லை. ஒரு கட்டி, அது தீங்கற்றது என்றாலும் உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடியது என்றாலும், மருந்து களினால் குணமாக்கப்படக்கூடியது. நாம் வழக்கமாக ''கண்டமாலை'' என்று குறிப்பிடும் நோயைக்கூட அம்மருத்துவர்கள் புற்றுநோய் எனக்கூறி அந்தப் பகுதியில் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக வரும் கணுக்களைக் கத்தியால் அறுத்து எடுத்துவிடுகிறார்கள். "இறுதியாக நோயாளி அஞ்சத்தக்க வேதியியல் சிகிச்சை அல்லது ஊடுகதிர் சிகிச்சைக்கு (Radio Therapy) உட்படுத்தப்படுகிறார். அந்த மாதிரி நோய்களை அவர்கள் ஹாட்கின்ஸ் (Hodgkins) நோய் என்றழைத்து,

அதற்குரிய அதே சிகிச்சைகளை அளிக்கிறார்கள். அந்த நோயாளியை அஞ்சத் தக்க வேதியியல் சிகிச்சைக்குட்படுத்தாமல் அப்படியே விட்டுவிட்டால் அச்சிகிச்சை காலத்தைவிட அவர் இன்னும் 10 மடங்கு அதிக நாட்கள் உயிர் வாழ்வார். திகப்பரிசோதனை சிகிச்சையானது விஞ்ஞான ரீதியாகவும், முடிவானதுமாகவிருக்க, ஒரு புகழ் பெற்ற மருத்துவச்சாலை அல்லது சிகிச்சை இல்லத்தின் அறிக்கை என் மற்ற மருத்துவச் சாலைகளாலோ, மருத்துவர்களாலோ ஒப்புக் கொள்ளப்படக்கூடாது என்பதுதான் எனது வாதம். இருமாத கால அவகாசத்திற்குள், நான்கு முறைகள் இத்தகைய திக ஆராய்ச்சிச் சிகிச்சைக்குட்பட்ட நோயாளிகள் உண்டு. இதில் முதல் மூன்று பரிசோதனை முடிவுகளும் எதிர்மறைகளாகவும் (Negative) கடைசி முடிவு உடன்பாடான (Positive) முடிவானதாகவும் இருக்கும். இதுபோன்ற சூதாட்டத்திற்கு நாம் பலியாகிக் கொண்டிருக்கிறோம். ஒரு புகழ்பெற்ற நோய் ஆராய்ச்சி நிலையம் ஸ்கேன் செய்தபிறகு கேள்விக்குறிகளுடன் ஓர் அறிக்கையை வெளியிட்டுள்ளது. நார்த்திசு கட்டியா (Fibriod)? கருப்பையில் புற்றுநோயா? (Cancer in Uterus) சூலகக் கொண்டையா? (Ovarian Cyst) இதுதான் விஞ்ஞானம்

நான் கேட்கிறேன், நாம் என்ன சீமைப் பெருச்சாளிகளா? அமெரிக்க ஐக்கிய நாட்டில் ஒரு வருடத்திற்கு 200,000,000 சீமைப் பெருச்சாளிகள் பரிசோதனைகளுக்கு ஆட்பட்டுக் கொல்லப்படுவதாகக் கூறப்படுகிறது. உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் புற்றுநோய்த் துறையின் தலைமை அதிகாரியான டாக்டர் ஜான் ஸ்டெம்ஸ்வார்டு (Dr. Jan Stfemsward) அமிதா மால்வால் (Amita Malwale) என்பவருக்கு அளித்த பேட்டியில் சொல்கிறார்;-

"புற்றுநோய் இப்பொழுது முன்னேற்றமடைந்த நாடுகளுக்குரிய பிரச்சனை மட்டுமல்ல, முன்னேற்றமடைந்து கொண்டிருக்கும் நாடுகளுக்கும் உரிய பிரச்சனை. இந்தியாவில் 1947-ல் புற்றுநோய் வந்திருந்த நோயாளிகளின் விகிதம் ஒரு லட்சத்திற்கு 80 என்று இருந்தது. 1985-ல் ஒரு லட்சத்திற்கு 100 அல்லது 120 என்று உயர்ந்து காணப்பட்டது. டில்லியிலுள்ள ஐ. சி. எம்.

ஆர். எனப்படும் இந்திய மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் குழுவின் (Indian Council for Medical Research) கணிப்புப்படி ஒவ்வொரு வருடமும் 1.5 மில்லியன் பேர்கள் (15லட்சம்) புதிதாக புற்றுநோயால் பீடிக்கப்படுகிறார்கள். கி. பி. 2000-ம் ஆண்டில் இந்த எண்ணிக்கையானது மூன்று மடங்காக உயர்ந்துவிடும். எனது நினைவுக்கெட்டினவகையில் இது 1987ல் ஹிந்து அல்லது இந்தியன் எக்ஸ்பிரஸ் நாளிதழிலிருந்து எனக்கு ஒரு நண்பரால் வெட்டித்தரப்பட்ட செய்தி (தேதி தெரியவில்லை).

மேற்கு நாடுகளின் இந்தத் தவறுதல்களை முன்னேற்றமடைந்துவரும் நாடுகளும் செய்யக்கூடாது என்கிறார் அவர். இன்று புற்றுநோய் ஆராய்ச்சிக்காவும், சிகிச்சைக்காவும் செலவிடப்படும் மொத்த தொகையில் 90 சதவிகிதம் மேனாடுகளிலேயே செலவிடப்படுகிறது. ஆனால் முன்னேறிவரும் நாடுகள், மற்ற பிரச்சனைகள் குறிக்கிட்ட போதிலும்; பொதுமக்களின் ஆரோக்கியத்தைக் கருதி தேவையான அளவிற்கு தங்கள் நிதியிலிருந்து புற்றுநோய் ஆராய்ச்சிக்காகச் செலவிடலாம்.

முன்னேறிவரும் நாடுகளாலும் பலவற்றைச் சாதிக்க முடியும், ஆனால் அவைகள் மேல் நாட்டுடன் போட்டிபோட முயற்சித்தல் கூடாது; போட்டி போடவும் கூடாது; அதற்குப் பதிலாக, இந்த நோய்களைக் குணப்படுத்தப் புதியதாகவும், நமக்கே சொந்தமான அசல் வழி முறைகளாகவும் உள்ளவற்றை விரிவுபடுத்த வேண்டும்" என்று சொல்கிறார்.

இந்தியாவில் உள்ள அனைத்து மாநிலங்களாலும் மருத்துவர்களாலும் உயரிய கவனம் செலுத்துவதற்குத் தகுதியான கருத்து இது. நாட்டு மருத்துவத்தின் மீது மாநிலங்கள், இல்லை இந்த உலகமே தனது கவனத்தைத் திருப்பியாக வேண்டும். அது மட்டுமல்ல அலோபதி மருத்துவத்திற்காக அவர்கள் செலவிடும் தொகையில் நூற்றில் ஒரு பங்கு தொகையாவது இந்த நாட்டு மருத்துவத்திற்குச் செலவிடத் தயாராக இருக்க வேண்டும். இருப்பினும், புற்றுநோய் வந்த நோயாளிகளை வலியனின்றும் காப்பாற்றத் தேவையான மருந்துகளை நமது டாக்டர்கள் கண்டுபிடித்து தரவேண்டுமென்று அந்த அமெரிக்கா

டாக்டர் மருத்துவர்களை வற்புறுத்தினார். அவர் அளித்த பேட்டியில் மேலும் மேலும் இந்த பிரச்சினையையே வற்புறுத்திப் பேசினார்.

புற்றுநோய் கண்ட நோயாளிகளின் வலியைப் போக்க விருப்பம் தெரிவிக்கும் மக்களை ஆதரிக்க, உலக சுகாதார நிறுவனம் ஒரு அகில உலக ஒருங்கிணைப்பு (International NetWork) ஒன்றினை, உருவாக்கப் போவதாகத் தெரிவித்தார், புற்றுநோய் கண்ட நோயாளிகள் அருவருக்கத்தக்க இத்தகைய சிகிச்சைகளுக்குப் பின் பெரும்பாலும் மரணவேதனையில் துன்பப்படுகிறார்கள் என்பது நமது அனுபவமாகும். எனினும் அவரது நாட்டில் இந்த நோயைக் குணப்படுத்தக் கூடிய நிவாரணம் இருப்பதாக அவரால் வெளிப்படையாக சொல்ல முடியவில்லை. ஏனெனில் அவரது பேட்டியில் அவர் அடிக்கடி புற்றுநோயாளிகளின் அமைதியான முடிவிற்கு வலி நீக்கி மருந்துகளின் அவசியத்தையே பெரிதும் வலியுறுத்திக் கொண்டிருந்தார்.

அரைகுறை வைத்தியர்கள் என்று கேலிக்காளானவர்கள், எனது பாட்டி, மாட்டிடையர்கள், ஊர் நாவிதர்கள், குருவிக்காரர்கள் (Gypsies) இவர்களிடமிருந்தே நான் பெரும்பாலான குணமளிக்கக்கூடிய மருந்துகளைப் பற்றி அறிந்தேன், என் மனத்தின் ஆழ்ந்த அமைதித்தன்மையைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளவே நான் எச்சரிக்கையுடன் எந்த விளம்பரத்தையும் தவிர்த்துவந்தேன். இருந்த போதிலும், எனது பாணியிலேயே மக்களுக்குப் பணியாற்றி வருகிறேன்.

மருத்துவத்துறையில் தங்களைப் பற்றி தாங்களே பறை சாற்றிக் கொண்டு வாழும் சில மருத்துவர்களும் (இரண்டாம் தரமானவர்கள்) இருக்கிறார்கள். செய்தித் தாள்களிலோ, தொலைக்காட்சியிலோ ஒரு வாரகாலத்திற்குள் இருதயம், நுரையீரல், சிறுநீரகம் இவைகளின் வெற்றிகரமான மாற்று சிகிச்சை பற்றி காணாமல், படிக்காமல் இருக்க முடியாது. இருதய மாற்று சிகிச்சை செய்யப்பட்ட 46 நேயாளிகளும் ஒருவர் பின் ஒருவராக எல்லோரும் இறந்ததை நாம் அறிவோம்.

இருதய சிகிச்சை நிபுணர் (Heart Specialist) என்று பாராட்டப்பெற்ற மருத்துவரே, அவரது நோயாளிகளின் அடிச்சுவட்டைப் பின்பற்றியவராக, விரைவிலேயே அதே வியாதியினால் பாதிக்கப்பட்டார். "சிகிச்சையில் வெற்றி, ஆனால் நோயாளி இறந்து விட்டார்" அறுவை சிகிச்சை மேஜை மீது ஒரு நோயாளி இறக்கவில்லை என்றால், அவருக்குச் செய்யப்பட்ட அறுவை சிகிச்சை வெற்றி பெற்றது என பாராட்டிக் கொள்வர். நமது செய்தித்தாள்களும், தொலைக்காட்சிகளும் திறந்த நிலை இருதய சிகிச்சை, மண்டை ஓட்டினை திறந்து செய்யும் சிகிச்சை ஆகிய இப்படிப்பட்டவைகளுக்கு விளம்பரம் தருவதற்குப் பின்வாங்குவதில்லை. மக்கள் அவைகளை ஆச்சரியத்துடன் பார்த்துவிட்டு இரண சிகிச்சையாளர்கள் என்போர் அவர்களை உடற்கூறு ஆராய்ச்சி செய்த பின் எந்தவித வியாதியிலிருந்தும் எப்படியாவது காப்பாற்றிவிட முடியும் என்றும் நினைக்கிறார்கள்.

கடவுளின் அற்புதக் கோயிலென்றழைக்கப்படும் உயிருள்ள இவ்வுடலை பணயமாக்கி சோ னைகளையும் பரிட்சைகளையும் செய்து பார்க்கிறார்கள்.

நான் சரியாக நினைவு கூர்கிறேன் என்றால் பத்து வருடங்களுக்கு முன்னால் சாதாரணமாக 3 நாட்களுக்குள் குணமாக்கப்பட்டுவிடக்கூடிய மஞ்சள்காமாலை நோய் வந்த ஒரு நோயாளிக்கு ஸ்டான்லி மருத்துவச் சாலையில் (Stanely Hospital) சிகிச்சையளிக்கப்பட்டது. அப்பொழுது அந்த நோயாளியின் உடலிலிருந்து இரத்தம் வெளியேற்றப்பட்டு புதிய இரத்தம் வெற்றிகரமாக உட்செலுத்தப்பட்டதாகக் கூறப்பட்டது மேஜை மீதிருந்த அந்த துரதிருஷ்டமான நோயாளியைச் சுற்றி மருத்துவர்களும் நர்ஸ்களும் சூழ்ந்து நின்று காட்சி தரும்புகைப்படங்கள் தினசரி செய்தித்தாள்களில் வெளிவந்தன. அனால் அந்த நோயாளியின் இறுதிக்கட்ட முடிவு வெளிச்சத்திற்கு வரவில்லை. அத்தகைய பரீட்சைகளும் தொடர்ந்ததாகத் தெரியவில்லை. அத்தகையப் பரீட்சைகள் மனிதர்களிடம் செய்யப்பட்டதைவிட சீமைப் பெருச்சாளிகளிடம் செய்யப்பட்டிருக்கலாம்.

நியூயார்க்கிலுள்ள பிரான்க்ஸ் (Bronx) எனுமிடத்தில் சத்தான உணவு, மூலிகை மருத்துவம் அலகுக் குத்தல் (acupuncture) இவைகளைக் கொண்டு மதுவிற்கு அடிமையானவர்களுக்கு மருத்துவம் பார்த்துவந்த மைக்கேல் ஸ்மித், எம். டி., (Michael Smith M.D.) கூறுகிறார்;- மருந்தியல் விஞ்ஞானம் (Pharmacology) எப்பொழுதும் பாக்டீரியா அல்லது நரம்பு என்று ஒன்றையே நாடி நிற்கிறது. இதற்கான மருந்து இத்தகைய ஒரு சிகிச்சை பலனையே கொண்டுள்ளதாக நினைக்கப்பட்டது என்றாலும் இருபதுவித மற்றவிளைவுகளையும் பக்க விளைவுகளையும் உண்டாக்கவல்லது. இவ்விதச் செய்முறை அனைத்தும் உயிரின் இயக்க வழியிலிருந்து முற்றிலும் வேறுபட்டவை.

ஒரு மருத்துவர் தன்னிடம் வந்த உடல்நிலை சரியற்ற மனிதனிடம் எந்தவித நோய் உள்ளது என்பதைக் கண்டறிந்துப் பெயரிட பலவித சோதனைகளைச் செய்கிறார். வியாதி நிர்ணயங்களுக்காக எவ்வளவுக்கெவ்வளவு சோதனைகள் செய்யப்படுகிறதோ அவ்வளவுக்களவு சிகிச்சைகளும் தரப்படும். இத்தகைய முறையில் தரப்படும் சிகிச்சை தனிப்பட்டதல்ல, எத்தனையோ வித்தியாசமான நோய் நிலைமைகளுக்கும் ஒரே மாதிரியான சிகிச்சைதான். இச்சிகிச்சை உண்ணும் உணவு அலகுக்குத்தல், மூலிகைகள், இவைகளுக்கும் எதிரானது. மருந்து தயாரிக்கும் நிறுவனங்கள் மருத்துவர்கள் மீது செலுத்திவரும் ஆதிக்கம் நாம் வெட்கப்பட வேண்டிய ஒன்று. இருபது வருடங்களுக்கு முன் மருந்துக் கம்பெனிகள் அற்புத மருந்துகள் என்று பெயரிடப்பட்ட பல மருந்துகளைத் தயாரித்து வெளியிட்டுக் கொண்டிருந்தன. இவை மனிதர்களிடம் பலவித நோய்களை உண்டாக்கிவிட்டன. அதில் அதிசயத்திலும் அதிசயம் என்னவென்றால் அன்றைய அந்த அதிசய மருந்தே இன்று அதற்குரிய மருந்துக் கம்பெனிகளால் "உயிர் காக்கும் மருந்துகள்" என்ற பெயரிடப்பட்டு விற்கப்படுகின்றன.

அன்று வந்த மருந்துகள் கொஞ்சமே! பெரும்பாலும் வெகுகாலமாக அறியப்பட்ட மூலிகைகளால் தயாரிக்கப்பட்டவை. 19ம் நூற்றாண்டின் நடுப்பகுதியில் சில புதிய திரவியம் அல்லது

ஆல்கஹாலைக் ஆதாரமாகக் கொண்ட டானிக்குகள் வந்தன.

"இன்றைய முன்னேற்ற மடைந்துள்ள எல்லாவித மருத்துவ முறைகளின் ஒத்துழைப்பால் வாழும் அறுபது வயது முதியவர் 1789-ல் வாழ்ந்த ஓர் அறுபது வயது முதியவரை விட ஒரு வயதேனும் அதிகமாக வாழ முடியும் என்று எதிர்பார்க்க முடியாது" என்று ஜார்ஜ் பெர்க்லி, பி.எச்.டி., (George Berkley PH.D) குறிப்பிட்டுக் காட்டுகிறார்.

நமது மருந்து தயாரிக்கும் நிறுவனங்களின் ஆதிக்கமும், ஒரு நிர்வாகத்திற்குட்பட்ட அனுபவமில்லாத நமது மருத்துவர்களது அடிமைத்தனமும், இந்தியா போன்ற ஒரு நாட்டிற்கு பேராபத்து விளைவிப்பவையே, உண்மையில் அமெரிக்காவிலுள்ள மிகப்பெரும் மருத்துவ வியாபார நிறுவனங்களே, (company) மருத்துவக் கல்வி நிறுவனங்களையும் கற்க வேண்டியய பாடத்திட்டங்களையும் நிர்ணயித்தன. அக்கம்பெனிகள் உற்பத்தி செய்த மருந்துகளை நோய்வாய்ப்பட்ட லட்சக்கணக்கான மக்களின் தலையில் கட்டிவிடும் அவர்களது தரகர்களாக மருத்துவர்கள் செயல் புரிகிறார்கள் என்பதில் ஆச்சரியமில்லைதான்!

"மருத்துவ வியாபார நிறுவனங்கள் மருத்துவக் கல்வியின் தரத்தினைக் கட்டுப்படுத்தி மருத்துவர்கள் நோயைப்பற்றியும் அதற்கான சிகிச்சையைப் பற்றியுமே நினைப்பார்கள் என்று உறுதி கூறுமளவிற்கு செய்து விட்டார்கள்," என்று டாக்டர் ஸ்மித் கூறுகிறார்.

மருத்துவர்களது எண்ணிக்கை மேலும் மேலும் அதிகரிக்க இன்னும் அதிக எண்ணிக்கையுள்ள நோய்கள் தோன்றின. அவர்கள் மனிதனிடத்தே உள்ள தெய்வீகசக்தியை அறியமாட்டார்கள் உடற்கூறுஇயல் (anatomy) உடல் இயங்கியல் (physiology) முதலியவை மனிதனை உயிரற்ற ஒரு திடப்பொருளாகவே எண்ணி செயல்படுகின்றன.

இங்கு தான் தவறு இருக்கிறது. ஒரு மருத்துவர் ஒரு நோயாளியைத் குணப்படுத்தி பல பேர்களைக் கொல்வதற்குக்

காரணமும் இதுதான். ஒரு மருத்துவர் நோயாளியின் நோயைக் குணப்படுத்தாமல், அவரிடம் பணம் வாங்குதல் நிச்சயமாகக் கூடாது.

இயற்கையின் அன்பளிப்புகளிலேயே உன்னால் கண்டு பிடிக்கக்கூடியதும், நோய்களைக் குணப்படுத்தக் கூடியதுமான சிறந்த மருந்துகள் உள்ளன. இயற்கைஉலகு நோயாளிகளுக்காகவே அன்புடன் தந்துதவியவை இவை. மருத்துவரிடமிருந்து கிடைக்கக்கூடியது எதுவுமில்லை; எல்லாமே இயற்கையிலிருந்தே நமக்குத் கிடைக்கின்றன. மனிதனும் இயற்கையின் ஓர் அம்சமே. ஒரு மருத்துவர் ஒரு போதும் கற்பனையைத் துணை சேர்த்துக் கொண்டு நோயாளியைத் துன்புறுத்தக் கூடாது. அவர் நோயாளியை நன்கு உணர வேண்டும். நம் நாட்டு மனிதர்கள் (இந்தியர்கள்) அரை வயறு உண்பவர்களாதலாலும், மிக உஷ்ணமானமான சீதோஷ்ணத்தில் வசிப்பவர்களாதலாலும், செயற்கையானதும், இரசாயன சேர்க்கையானதுமான மருந்துகள் இவர்களுக்குப் பொருந்தி வருவதில்லை எனவே தான் பெரும்பாலானதுமான மருந்துச் சீட்டுக்களின் மருந்துகள் பலனற்றுப் போய்விடுகின்றன. ஓர் அமெரிக்கனுக்கு ஒப்புக் கொள்ளக் கூடிய ஒரு மருந்து, ஓர் இந்தியனுக்கு நீங்கு விளைவிப்பதாக இருக்கும். ஓர் இந்தியனிடமிருந்து, ஓர் அமெரிக்கனின் உணவு முறையும் நாட்டு சீதோஷ்ண நிலையும் வித்தியாசப்படுகின்றன.

ஒரு மருத்துவர் உடற்கூறு இயல் பற்றி ஆராய்ச்சிக்கு (Anatomy) அடிமையாகி விடக்கூடாது. உயிருள்ள உடலை முழுமையானதாக நினைத்துச் செயலாற்றுவதற்குப்பதில் இறந்த உடலைப் போல் நினைத்து, நோயாளிகளுக்குத் தேவையானவற்றை அவர்கள் சார்பில் போராடிப் பெறுவதையும் விட்டுவிட்டு, மருத்துவர்கள் தங்களது தவறுளை மறைத்துக் கொள்ளவே விரும்புகிறார்கள். தொழிலைப்பற்றிய ஆழ்ந்த அறிவு, அனுபவம், தெய்வ நம்பிக்கை என்பவை அவர்களுக்கு அன்னியமானவை. "இத்தகைய உபயோகமற்ற ஒழுங்கீனமான கும்பல் மருத்துவக் கலையை மாசுபடுத்தி தங்கள் சுய லாபத்தைப்

பெருக்கி வருகிறார்கள் நான் அவர்களை எச்சரிக்கை செய்வதால் என்ன பலன் கிட்டும் என்னைப் பொறுத்தவரை மருந்துகள் இப்படிக்கட்ட ஒரு கேவலமான களங்கத்திற்கு உள்ளாகி விட்டன என்று எண்ணும் போது நான் மருந்துகளை நினைத்து வெட்கப்படுகிறேன்", என்ற பார்ராசெல்சஸ் (Paracelsus) என்னும் மேதை கூறுகிறார். மிகப் பெரிய மருத்துவரும் இரண சிகிச்சையாளருமான இவர் இப்படி முன் கூட்டியே உணரும்அறிவுடன் சொன்ன இந்த கருத்து 400 வருஷத்திற்கு முன்பே கூறப்பட்டதாகும். மேலும் "உயரிய கல்லூரிகளில் பல காகித ஏடுகளில் படிக்கப்படும் மருந்துகள் நீடித்து பயன் தர முடியாதவை. ஆனால் அவைகளைக் காட்டிலும் ஒரு மூலி கையிலே அதிகப்படியான குணமும், சக்தியும் அடங்கியுள்ளன" என்று பாரசீல்சஸ் கூறுகிறார். நாய்களைத் கொல்பவன் கூட அவனது தொழில் திறமையை புத்தகளிலிருந்து அறிந்து கொள்ள முடியாது; அனுபவம் ஒன்றினால் மட்டுமே அறிந்து கொள்ள முடியும். இது வைத்தியனுக்கும் எவ்வளவு தூரம் பொருந்தக்கூடிய ஓர் உண்மையாகும்! குணப்படுத்த இயலாத எந்த ஒரு வியாதியும் இல்லை! என்று அவர் உறுதிபடச்சொல்கிறார். வைத்தியர்கள் கல்லூரிகளிலும் பல்கலைக்கழகங்களிலும் உருவாவதில்லை; ஆனால் வைத்தியர்களாகவே பிறக்கிறார்கள்!

இன்றைய வைத்தியர்கள் வீட்டுக் கூரை மீதிலிருந்து "புற்றநோய்! புற்றுநோய்" என்று அலறி மக்களை பயமுறுத்து வதைப் பார்க்கிறோம். இதனால் தங்கள் உடலில் சற்று மாறுபாடுகள் தெரிந்தாலும், நோயுற்றவர்கள் அப்படிப்பட்ட அஞ்சத்தக்க நோய்கள் தங்களுக்கு வந்துவிட்டதாகக் கருதி அஞ்சுகிறார்கள்.

அறுவை சிகிச்சை (Operation)

புற்று நோயாளிகளுக்கான வைத்தியத்தில்அறுவை சிகிச்சை தேவையற்ற ஒன்று! ஒரு நிணநீர்க்கணு அறுத்து அப்புறப்படுத்தப்பட்டால், அது அதே இடத்திலும் மற்ற

இடங்களிலும் மீண்டும் தலை தூக்கும். நான் ஏற்கனவே சொல்லியபடி, புற்றுநோய் உயிரணுக்களும் உயிருள்ள அணுக்களே. கத்தியால் அவை வெட்டுப்படுவது நெருப்பைக் கிளறுவது போன்றதாகும். அந்த உயிரணுக்கள் சினமுற்று எழுகின்றன.

உடல் திசு ஆய்வு (Biopsy) என்பதும் இத்தன்மையதே! இணைப்புத்திசுப்புற்று(Sarcoma) நோயாளிகளிடம் எடுக்கப்பட்ட இடம் தீவிரமாகப்பெரிய உருவெடுத்து, பொறுக்க முடியாத வலி உண்டாகியதை நான் பார்த்திருக்கிறேன். ஆகவே, கத்தியை இது போன்ற இடங்களில் பயன் படுத்தாமலிருப்பதே புத்திசாலித்தனமாகும்.

வயிற்றுப் புற்று நோய் நோயாளிகளின் உள்ளிருக்கும் கட்டியானபொருளை (Mass) அப்புறப்படுத்துவதானது கொடூரமான சிகிச்சை முறையாகும். ஏனெனில் அப்படிப்பட்ட நோயாளி அத்தகைய அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்னால் எப்போதும் துன்பப்பட்டிராத அளவிற்கு நிலைத்த வலியால் நரக வேதனைக்காளாகிறார்.

ஆண்குறியில் வருகின்ற புற்றுநோய்களுக்கு, வெட்டி எடுத்தல் சரியான சிகிச்சையாகாது. இதனால் உயிரணுக்கள் உள்நோக்கி ஆழமாகப் பரவுகின்றன. தொடை இடுப்பு மூட்டுக்களில் நிணநீர்க்கணுக்கள் ஆப்பிள்களைப்போல பெரிதாகி தொல்லை விளைவிக்கின்றன. இதன் விளைவாக நோயாளி இயற்கையாக வாழ முடிவதைக் காட்டிலும் விரைவாக மரணமடைகிறார். இது போன்ற நோய்களுக்கு ஒரு மருத்துவர் செய்யக்கூடிய சிறந்த சிகிச்சை, வேறு நல்ல சிகிச்சை முறையை நாடும்படி அந்த நோயாளிகளுக்கு அறிவுரை கூறி பேசாமல் விட்டுவிடுவதுதான்.

வலியும் வலி நீக்கிகளும்
(Pain and Relief)

பல புற்றுநோயாளிகள் தொடர்ந்து வலியால் துன்பப் படுவதற்கும், துக்ககரமான வகையில் இறப்பதற்கும் என்ன

காரணம் என்று உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் (புற்று நோய் பகுதி) தலைவர் டாக்டர் ஜான் ஸ்டீபெர்ன்ஸ்வார்டு (Stfernsward) கேட்கப்பட்டபோது அவர் சொன்ன பதில் இதுதான். "மருந்துகள் சுலபமாகக் கிடைப்பதில்லை" அவர் மேலும் சொல்கிறார்; மருத்துவர்கள் மருந்துகளை எப்படி உபயோகப்படுத்துவது என்பதற்கான பயிற்சி இல்லாதவர்கள், மருத்துவத் தொழிலில் சில தவறான கருத்துக்களும் உலவி வருகின்றது, மேலும் மருத்துவ தொழிலில் மருந்துகள் கையாளும் முறையும் வலி நிவாரணிகளை கையாளும் முறையும் விவேகமான முறையில் பயிற்சியளிப்பதில்லை எனவே மருத்துவக்கல்வி முறை பாடத்திட்டத்தில் அவை சேர்க்கப்படவில்லை. நான் ஒரு புற்றுநோய் நிபுணன். ஆனால் நான் புற்றுநோய்க்கான வலி நிவாரணத்தை உண்டாக்க, ஒருபோதும் பயிற்சி பெறவில்லை. அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகளில் 5,500 பக்கங்கள் கொண்ட மருத்துவ நூல்கள் புற்று நோய் சிகிச்சைக்காகவே எழுதப்பட்டவை. அதில் அபூர்வமாக 21 பக்கங்கள் மட்டுமே வலி நிவாரணத்தைப் பற்றி விளக்குகின்றன என்கிறார். மருத்துவ நிபுணரது இந்த உரை முழுவதும் புற்றுநோயாளிகளின் நிவாரணம் பற்றியதை மட்டும் குறிப்பிட்டுச் சொல்லப்பட்டதாகும். புற்றுநோயாளிகளின் நிவாரணம் பற்றியதை மட்டும் குறிப்பிட்டுச் சொல்லப்பட்டதாகும். புற்று நோயாளிகள் தங்களிடம் அடிபணிந்திட வேண்டுமென்றும் மருத்துவ உலகமானது அவர்களுக்கு வலியற்ற, நலமான வழியை தந்துதவ வேண்டுமென்றும் சொல்லக்கூடிய நிலை இருக்கிறது.

விஞ்ஞான முன்னேற்றத்தின் பெயரால் ஒவ்வொரு வருடமும் சீமைப்பெருச்சாளிகள் லட்சக்கணக்காக கொல்லப்படுகின்றன. பலமுறைப் பரிசோதனைகளுக்குப் பின் மருந்துக் கம்பெனிகள் கடைகளுக்கு மருந்துகளை விற்கின்றன. இவைகளில் பல "அற்புத மருந்துகள்" என்ற சீட்டுகளைத் தாங்கி வருகின்றன. மருந்து கம்பெனிகளால் தரப்பட்ட விவரங்களின்படி மருத்துவர்கள் இவைகளை நோயாளிகளுக்குஎழுதித் தருகிறார்கள்.

அம்மருந்துகள் புதிதாகத் தயாரிக்கப்பட்ட சில வருடங்களுக்குப்பின் மனித உயிர் இயக்கத்திற்கு அவை தீமை தரக்கூடியவை என்று உபயோகமற்றதாக ஒதுக்கி வைக்கப் படுகின்றன. கடைசியில் தடை செய்யப்படுகின்றன. அப்படிப்பட்ட மருந்துகள் கணக்கில் அடங்கா! வெண் உலோக சிகிச்சை முறை (Cobalt Therapy), வேதியியல் சிகிச்சை, அறுவை சிகிச்சை, ரேடியம் ஊசிகள் பதியவைத்தல் முதலிய சிகிச்சைகளால் பெரும்பாலும் வலியே ஏற்படுகிறது. இவ்வித சிகிச்சைகள் குழித்தோண்டிப் புதைக்கப்பட்டால் நமது ஆதரவற்ற, வறுமையால் பீடிக்கப்பட்ட மக்கள் காப்பாற்றப்படுவார்கள்

உண்மையான மருத்துவர்களின் சிறப்பியல்புகள் (Qualities of True Physician)

ஜெர்மன் தத்துவஞானியான பாரசீல்சஸ் எனும் அறிஞர் தன் கருத்துப்படி ஓர் உண்மையான மருத்துவர் உருவாவதற்கு காரணமான சிறப்பியல்புகளை திரட்டி பின்வருமாறு சொல்கிறார்.

1. மருத்துவர் என்பவர் ஒரு ரசவாதியாகவோ (Alchemist) - அல்லது ரசவாதியின் மகனாகவோ இருத்தல் வேண்டும். வாழ்வின் வேதியலைப்பற்றி அறிந்திருக்க வேண்டும் தனது தொழிலுக்குண்டான எல்லாவித இயல்பானத் தகுதிகளையும் பெற்றிருக்க வேண்டும் போலித்தனமான மருத்துவர் புத்தக அறிவை வைத்தே தனது சிகிச்சையை மேற்கொள்கிறார். ஆனால் நேர்மையான மருத்துவரோ தனது அறிவின் துணையையும், திறமையின் துணையையும் வைத்து வெற்றிகரமான சிகிச்சைகளைச் செய்கிறார். அவர் தனது மருத்துவக்கலைஅறிவு தனக்காக மட்டுமே அல்லாமலும் தனது நன்மைக்காக மட்டும்பயன் படுத்திக் கொள்ளாமலும், அவரது நோயாளிகளுக்கும் பயன் படுத்த வேண்டும்

2. ஒரு மருத்துவர் வெளி இயற்கை விதிகளைப் பற்றி நன்கறிந்துள்ள ஒரு வேதாந்தியாக இருத்தல் வேண்டும்.

இயற்கையின் இயக்கங்களைப் பற்றிய அறிவு மருத்துவ விஞ்ஞானத்திற்கு அடிப்படையானதாகும். இந்த அறிவு பெரிய நான்குவகை துறைகள் மூலமாக அதாவது ரசவாதம் (Alchemy) உடலியல் விஞ்ஞானம் (Physical science) தத்துவஞானம் (Philosophy) வான சாஸ்திரம் (Astronomy) ஆகியவைகள் மூலமாகப் போதிக்கப்படுகிறது.

3. அவர் வானசாத்திரஞானமும் (Astronomer) உள்ளவராக இருத்தல் வேண்டும் அதாவது நட்சத்திரங்கள், இராசிகள், கோடை, குளிர்காலப்பருவங்கள், வறட்சி, ஈரத் தன்மை வெளிச்சம், இருட்டு ஆகிய இவைகளைப்பற்றிய அறிவுடன் மனிதனை இயக்கும் அவனது மனக்கோளத்தைப் பற்றி அறிந்திருக்க வேண்டும் மனித உடலைப்பற்றியும் அறிந்திருக்க வேண்டும். அண்டவியல் (Cosmology) பற்றி எதுவும் தெரியாத ஒரு மருத்துவன், நோய்களைப் பற்றியும் ஒன்றும் அறியாதவன். உலகைச் சுற்றியுள்ள ரகசியங்களை அவன் அறிந்திருக்க வேண்டும். ஐம்பூதங்களின் கூட்டுப் பொருள், மக்கள் வாழ்க்கையின் மீது அவற்றின் தன்மை ஆகியவற்றையும் அறிந்த வைத்திருக்க வேண்டும்

4. உடலியல் விஞ்ஞானத்தில் (Physical science) மிகவும் தேர்ச்சி பெற்றவராகவும் மருந்துகளின் விளைவுகள் பற்றி தெரிந்தவராகவும் இருத்தல் வேண்டும், ஒரு நோயாளியின் உணவு முறையை எப்படிக்கட்டுப்படுத்தி வரையறுப்பது, ஒரு வியாதியின் விளைவு முறை அதனுடைய முக்கியத் தோற்ற அடையாளங்கள் ஆகியவற்றையும் தெரிந்து வைத்திருக்க வேண்டும்.

5. உண்மையான மருத்துவன் மற்றவர்களது சிந்தனைகளையே தானும் இயந்திரமாகப் பின்பற்றாமல் தனது சொந்த சிந்தனையையே செயல்படுத்த வேண்டும் இயற்கையோடு இணைந்த மருத்துவராக விளங்க வேண்டும். சாதாரண ஊகம் அல்லது கற்பனை

சக்திக்கு உட்படாதவராக இருத்தல் வேண்டும்.

6. நோயாளி தன்னிடம் சொன்னவற்றைத் தவிர நோயாளியைப் பற்றி வேறு எதுவும் தெரியாத ஒரு மருத்துவன் உண்மையில் ஏதுமறியாதவனே.
7. அவர் தனது மூளையிலுள்ள மிருக புத்தி, ஆற்றல் மீது அதிகமாக நம்பிக்கைவைக்காமல், அவருடைய ஆன்மாவிலிருந்து வெளிப்படும் தெய்வீகக்குரலுக்குச் செவிசாய்த்து அதனைப் புரிந்து நடந்து தெய்வீக சக்தியை கொடையாக கொள்ள வேண்டும்.
8. புத்தகங்களைப் படிப்பதிலேயே பெற்றுவிட முடியாத அறிவினைப் பெற்றிருத்தல் வேண்டும்.
9. ஒரு மனிதன் தனது மனைவியிடம் ஐக்கியப் பட்டிருப்பது போல, மருத்துவர் தனது மருத்துவக்கலையுடன் ஐக்கியப்பட்டு இருக்க வேண்டும். இருதய பூர்வமாகவும் ஆன்மீகப் பூர்வமாகவும் மருத்துவத்தொழிலுக்காகவே அதனை நேசிக்க வேண்டும். மாறாக, பணம் குவிக்கும் காரணத்திற்காகவோ, தனது நோக்கத்தை ஈடேற்றிக் கொள்வதற்காகவோ மருத்துவராக இருக்கக் **கூடாது.**
10. அவர் உள்ளுணர்வால் விளையும் மனோ சக்தியை, அதாவது புத்தகங்களிலிருந்து கடன் வாங்கப்பட்ட அறிவாக இல்லாமல் தனக்கே உரிய அறிவைப் பெற்று செயல்பட வேண்டும்.
11. கடன் வாங்கப்பட்டதாகவோ அல்லது மற்றவர்களிடமிருந்து விலைக்கு வாங்கப்பட்டதாகவோ இல்லாமல் அம்மருத்துவர் தானே தயாரித்த மருந்துகளையே நோயாளிக்குத் தரவேண்டும்.
12. அவர் தனது நோயாளியை அவர் படும் துன்பங்களிலிருந்து விடுதலை செய்ய முயலவேண்டும், ஆனால் எந்த காரணத்தைக் கொண்டும், பணம் பறிக்கும் நோக்கத்துடன் சிகிச்சையை நீட்டிக்க கூடாது.

13. சோதனை முடிவினைச் சரியாகத் தெரிந்து கொள்வதற்கு முன்பு ஒரு நோயாளிக்கு சிகிச்சை மேற்கொள்ளத் துணியக்கூடாது. அவ்விதம் செய்யின் அவர் ஒரு பெரியபாவத்தை செய்தவராவார், அது அவரை மட்டும் பாதிக்காமல் அவரது எதிர்கால பரம்பரையைச் சேர்ந்தவர்களையும் நாடிவந்து பாதிக்கும்.

'வேதங்களில் உடன்பாடான விஞ்ஞானம்' (Positive science in Vedas) என்ற புத்தகத்திலிருந்து மேற்கொள்கள்; திரு. டி.டி. மேதா, (Mr.D.D. Metha) அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகள்(1974)

நியூயார்க்கிலுள்ள ராக்பெல்லர் மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் கழகத்திலிருந்த அலுவலர்களில் ஒருவராக, 30 வருடங்களுக்குமேல் பணியாற்றிய, நோபல் பரிசுப் பெற்றவரான, டாக்டர் கேரல் (Dr. Carrel) என்பவர் இக்கருத்தினை வெளியிட்டிருக்கிறார்; நவீன மருத்துவம் நம்மை அம்மருத்துவத்தினை நம்பச் செய்ய எடுத்துவரும் முயற்சிகளின் அளவை விட அவை மனிதர்களது துன்பங்களைக் குறைத்திருக்கின்ற அளவானது மிகவும் குறைந்த அளவே காணப்படுகிறது. உடல் நிலையை சீரழிக்கும் நோய்களால் மிகப்பெரிய விகிதத்தில் இறப்பு நேரிட்டு வருகிறது. உடலில் நீண்ட காலமாக இருந்து வரும் நோய்களால் தாமதமான மரணங்கள் விளைகின்றன. பாரசெல்சஸ் சொல்கிறார்; ஒரு மனிதனின் சொந்த மருத்துவன் அவனே! நோய்தீர்க்கும்தக்க மூலிகைகள் அவனது தோட்டத்திலேயே இருக்கின்றன. மருத்துவர் நமக்குள்ளேயே இருக்கிறார். நமக்கு வேண்டியவை அனைத்தும் இயற்கைக்குள்ளே மறைந்து கிடக்கின்றன.

அதர்வண வேதம் 29-1 கூறுகிறது;

நல்ல வைத்தியரின் தகுதிகள் இவை;-

1. மருந்து தயாரிக்கின்ற முறையை அறிந்தவன்.
2. சோதனையின் மூலம் கிடைக்கப்பெற்ற வியாதி நிர்ணயம்பற்றி புரிந்துக் கொள்ளக்கூடியவனாகவும்,

அதற்கான மருந்தினை தரக்கூடியவனாகவும் இருப்பவன்.

3. பேதோஜெனிஸிஸ் (Pathogenesis) உற்பத்தி (Procreation) பரப்புவது (Diffusion) நோய் சேரும் தன்மை (Accumulation) இருப்பிடம் (location) அவதாரம் (Manifestation) முடிவு (Termination) ஆகிய வெவ்வேறு நிலைகளைப் பற்றி அறிந்திருப்பவனே ஒரு வைத்தியன் என சொல்லப்படக் கூடியவன்.

மழை நீரிலும், நீர் வீழ்ச்சியாக விழும் நீரிலும் ஒரு குதிரையின் உடல் தன்மையைப் போல நமது உடலை மின் சக்தியுடையதாகச் செய்யும் மின் சக்தி உள்ளது (Elastic)(A/V -XIX-2)

நமது உடலில் வண்ணங்களால் ஏற்படும் பயன்கள்

நிறம்	பயன்கள்
சிவப்பு, ஆரஞ்சு	சூதகதகப்பு (Warm)
பச்சை	இறுக்கத்தை தளர்த்தல் (Relaxing)
நீலம்	நரம்புகளைஅமைதிப் படுத்த சிறந்தது.

புற்று நோயை குணப்படுத்தலாம்

மூன்றாம் பாகம்

மருத்துவர்களில் பலர் "கேன்சர்" என்பதற்கான பொருளினை அறியாதவர்களாக இருப்பதால், எனது புற்றுநோயை குணப்படுத்துவோம் என்ற புத்தகத்தின் முதல் பாகத்தில் ஆக்ஸ்போர்டு அகராதி நான்காவது பதிப்பில் கண்டுள்ள படி "கேன்சர்" என்பதற்கான விளக்கத்தை (definition) கொடுத்திருந்தேன். அதில் ஓர் அச்சுப்பிழை ஏற்ப்பட்டுள்ளது. எனவே கேன்சர் என்பதற்காக விளக்கத்தை மறுபடியும் தரமுன் வருகிறேன்

(நண்டு) கடகம் என்பது நட்சத்திரங்களான இராசிகளில் நான்காவதாக இடம் பெற்றுள்ள ராசி. உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கும் கட்டி, தானுள்ள இடத்தை தின்பது; நிச்சயமற்றத் தன்மையுடன் பரவக் கூடியது அப்புறப்படுத்தப்பட்டால் மீண்டும் வரக்கூடியது; நண்டுகளின் உறுப்புகளைப் போல், வீங்கிய உருவத்துடன் சிரைகள் இருப்பதால் பெயரிடப்பட்டகட்டி இப்படி பல பொருள்களை உள்ளடக்கியது 'கேன்சர்' எனும் சொல்!

ஆகையால் உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடிய கட்டி அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின், மீண்டும் நிச்சயம் வந்துவிடும் என்பது தெளிவாகிறது. ஆனால் நடைமுறையில் உடல் திசு ஆராய்ச்சி (Biopsy) என்ற பெயரில் மருத்துவர்களும், மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் கூடங்களும் கத்திகளைக் கொண்டு உடல் திசுவினை எடுப்பதையும் பின்பு கட்டிகளை அறுத்து எடுப்பதையும் பார்க்கிறோம். இதனால் ஏற்படும் விளைவுகளை அறிந்தோ, அறியாமலோ, அவர்கள் இப்படிச் செய்கிறார்கள். சில நாட்கள் அல்லது உடலின் மற்ற இடங்களில் இரண்டாம் நிலை நோய் (secondaries) அடையாளங்கள் தோன்றுவதையும் நாம் பார்க்கிறோம். முதலாவதாக அறுவைசிகிச்சை செய்த மருத்துவர்களை அல்லது மூன் மாதங்களில் அறுத்தெடுக்கப்பட்ட கட்டிகளுக்கு அருகாமையில் அல்லது வேறு மருத்துவர்களை நோயாளிகள் அணுகினால், அவர்கள் இரண்டாம் நிலை

நோய்கள் (secondaries) தோன்றியுள்ளன என்று நோயாளிகளிடம் சொல்லுவார்கள் இதன் பொருள் நோயாளிகளுக்குத் தெரியாது. மருத்துவர்கள் மேலும் வேதியியல் சிகிச்சை (chemotherapy) ஒன்றுதான் இந்நோயை குணமாக்க வழி என்று கூறிவிடுவார்கள். இவ் வேதியியல் சிகிச்சை அஞ்சத்தக்கதும் விலையுயர்ந்ததுமாகும். என்ன செய்வது என்று தீர்மானிக்க முடியாமலும் வேதியியல் சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்வதால் வரும் பின் விளைவுகள் என்ன என்றும் தெரியாமலும், நோயாளிகளும் அவர்களது உறவினர்களும் மிகுந்த தயக்கத்துடன் மருத்துவரது ஆலோசனைக்கு உடன்படுகிறார்கள்.

வேதியியல் சிகிச்சையைத் துவங்கி, நோயாளிகள் எதிர் விளைவுகளைத் தாக்குபிடித்து பணமும் செலவழிக்கப்பட்டு முடிகின்ற, வரையில் மருத்துவர் சிகிச்சையையும் தொடர்கிறார். வேதியியல் சிகிச்சையால் கடுமையான எதிர்விளைவுகள் ஏற்பட்டு நோயாளியின் பொது ஆரோக்கியத்திற்கு நாசம் ஏற்படுகிறது, நோயாளிகள் படுத்த படுக்கையாகி விடுகிறார்கள்.

திரு. வி. என். சேஷகிரி ராவ் பி. எஸ்ஸி., எஃப். சி. ஏ., (V.N. SeshagiriRao, Bsc., FCA) எழுதியுள்ள ஒரு கடிதத்தின் சில பகுதிகளை நான் கீழே தந்திருக்கிறேன்.

அன்புள்ள டாக்டர் பலராமையா அவர்கட்கு,

நான் 1988 -ஆம் ஆண்டு பிப்ரவரி மாதம் எனது தந்தை டாக்டர் வி. என். மாதவராவுடன் தங்களைக் காண வந்திருந்தேன். அவருக்கு உணவுக்குழாயும் வயிறும் சந்திக்கும் இடத்தில் ஒரு கட்டி வந்திருந்தது. நீண்ட காலமாக அவருக்குப் புண் இருந்து வந்தது. இந்தத்தடை, திசு ஆராய்ச்சி முறையில் உயிருக்கு ஆபத்துள்ளதாக ஆய்ந்து சொல்லப்பட்டது. தாங்கள் ஊடுகதிர் (x-rays) படங்களையும் திசு ஆராய்ச்சி அறிக்கைகளையும் ஆராய்ந்து மருந்துகளை எழுதித்தந்தீர்கள். அவர் அந்த மருந்துகளை முறையாக உட்கொண்டு வந்தார்.

இதற்கிடையில், அவர் பாம்பேயிலுள்ள டாட்டா மருத்துவச் சாலைக்குச் செல்லும் 'படி ஆலோசனை கூறப்பட்டது. நீங்களும்

அவரை அங்கு போகச் சொன்னீர்கள். ஆனால் அறுவை சிகிச்சை செய்து கொள்ள வேண்டாம் என்று சொல்லியிருந்தீர்கள். பிற மருத்துவர்களும் அவரது உறவினராயிருந்த மருத்துவர்களும் அவரைக் கட்டாயப்படுத்தியதாலும், மேலும் வந்திருந்த கட்டி வேறெங்கும் இரண்டாம் நிலை நோயாகப் பரவாமல் ஒரே இடத்திலேயே நிலையாக இருந்ததாலும், அவர் அறுவைச் சிகிச்சைக்கு உட்பட சம்மதிக்க வேண்டியிருந்தது. இப்பொழுது அவர் ஓய்வு எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறார். எனினும் அவர் உங்களிடம் சிகிச்சை பெறவே விரும்புகிறார். அவரை டாட்டா மருத்துவச் நிலையத்தார் 1988 ஜூன் மாத இறுதியில் வரும்படி சொல்லியிருந்தனர், ஆனால் அவருக்கு அங்கு மறுபடியும் போக மனமில்லை. அநேகமாக டாட்டா மருத்துவ நிலையத்தின் மருத்துவர்கள் அவரை பரிசோதனை செய்து பார்த்து, வேதியியல் சிகிச்சை தரப்படலாமா என்பது பற்றி முடிவு செய்யலாம். ஆனால் அவருக்கோ வேதியியல் சிகிச்சைக்குட்பட விருப்பம் இல்லை. எனவே அவர் உடல் நிலை சரியானதும் தங்களை வந்து சந்திக்கலாமா என்று தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிறார். இப்பொழுது சாதாரணமாகத்தான் இருக்கிறார், ஆனால் பலவீனமாய் உள்ளார்.

அவரது உடலிலிருந்து அறுத்து எடுக்கப்பட்ட திசு, திசு ஆராய்ச்சிக்கு அனுப்பப்பட்டது. அவ்விதம் திசு ஆய்வுக்கு அனுப்பப்பட்ட 14 மாதிரி திசுக்களில், ஒன்றே ஒன்று தான் ஆபத்து விளைவிக்கக் கூறியது என்று ஆய்வு அறிக்கை கூறியது. மீதியிருந்த மற்றவை எதிரிடையான ஆய்வுகளையே கொண்டிருந்தது. அவர்கள் அவ்விதமிருந்தது நல்லதே எனக் கூறினர். ஆயினும் என் தந்தை இனி எந்தக் கவலையும் படத் தேவையில்லை என்பதை நிச்சயப்படுத்திக் கொள்ள விரும்புகிறார். இதற்கு உங்களது முடிவான கருத்தையே நம்பியிருக்கிறார்.

நீங்கள் அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்வதைப் பற்றி கூறியிருந்த ஆலோசனையை கட்டாயமான சூழ்நிலை காரணமாக அலட்சியம் செய்தமைக்காக மன்னிப்புக் கோரவும் விரும்புகிறார். அவர் உங்களைப் பார்க்க வரும்பொழுது அவரது வேண்டு

கோளை ஏற்றுக் கொள்வீரென எதிர்பார்க்கிறார். பீடிக்கப் பட்டுள்ள நோயானது மிகவும் பரந்த அளவுடையதல்ல என்பதே அகற்றி எடுக்கப்பட்ட திசுவின் ஆய்விலிருந்து சுட்டிக் காட்டப் பட்ட முடிவாகும்.

உங்களால் தரப்பட்ட மருந்துகள் அனைத்தையும் காலவரை யறை முடிய உட்கொண்ட பிறகே அவர் இந்த அறுவைச் சிகிச்சைகளை செய்து கொண்டுள்ளார். உங்கள் மருந்துகள் மிகவும் நன்றாகப் பயனளித்துள்ளன என்றும் அதனாலேயே திசு ஆய்வு முடிவுகள் தைரியம் ஊட்டும் வகையில் இருந்தன என்றும் அவர் நம்பிக்கைப் பெற்றுள்ளார்!

மேற்கண்ட இக்கடிதம் என்னை அல்லது எனது திறமையை நானே போற்றிப் புகழ்ந்து கொள்வதற்காக இங்கு எடுத்து எழுதப்பட்டதல்ல; திசு ஆய்வு முறையானது புற்றுநோய் போன்ற நோய்களைப் பற்றி அறிந்திட ஒரு முடிவான தீர்மானமான முறை இல்லை என்பதைக் காட்டுவதற்காகத்தான்!

நமது நாட்டில் அரைவயிறே உண்ணும் ஏழை மக்கள் மிகவும் துன்புறுத்தக் கூடிய இவ்வித சிகிச்சைகளுக்கு ஆளாகிறார்கள்; உயர்ந்த தொழில் மருத்துவர்கள் எனறழைக்கப் படும் மருத்துவர்களே அவர்களிடமிருந்து பணத்தைப் பிடுங்கி விடுகிறார்கள்.

நமது இந்தியாவில் புற்றுநோயை தீர்க்கக்கூடிய பல மூலிகைகள் உள்ளன; ஆனால் அவைகளை வெளிச்சத்திற்குக் கொண்டுவர அனுமதிக்கப்படுவதில்லை. அதற்கு மாறாக, அவைகள் கீழ்மைப்படுத்தப்படுகின்றன.

சமீபத்தில் பாம்பேயில் இரு வருடங்களுக்கொரு முறை நடைபெற்றுவரும் 'இந்திய புற்றுநோய் சிகிச்சையாளர்கள் கழகத்தின்' ஐந்தாவது மாநாட்டில், டாக்டர் நட்வர்லால் ஜோஷி எனும் அலோபதி சிகிச்சையாளர் "நோய் ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடிய நிலையில் உடலுக்கு நம் நாட்டு மருத்துவச் சிகிச்சை" என்ற 'தலைப்பில் பின்வரும் ஓர் அறிக்கையை சமர்ப்பித்துள்ளார்.

எதிர்பார்த்தபடி அவரது அறிக்கைக்குச் சுமாரான அங்கீகாரமே இருந்தது. ஆனால் நாம் அவரது சுயமான அனுபவங்களைத் தள்ளி விடுவதா? ஒரு வேளை நோயாளிகளுக்கு சில (பலப்பல) நன்மைகள் இருக்கலாம் என்பதை என்பதை எடுததுக்காட்டுவதாக டாக்டர் ஜோஷியின் புள்ளி விவரங்கள் கூறுகின்றன. மேலும் இச் சிகிச்சைக்கு அதிகப் பணம் தேவையில்லை; பக்க விளைவுகளும் ஏற்படுவதில்லை என்கிறார் டாக்டர் ஜோஷி. அவர் சிகிச்சையளித்த பல நோயாளிகளின் விவரங்களையும் கொடுத்துள்ளார்கள். அதில் 15 சதவீத 'நோயாளிகள் முழுமையான நிவாரணம் பெற்றுள்ளனர். இந்தக்கட்டுரை சயன்ஸ் எக்ஸ்பிரஸ் (ScienceExpress) 18-4-1989 செய்தித்தாளில் பிரசுரிக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்த விவரங்கள் நமது அரசாங்கம் பொதுமக்களின் ஆரோக்கிய விஷயத்தில் எவ்வளவு அக்கறை கொண்டுள்ளனர் என்பதை எடுத்துக்காட்டுகிறது! அருவருக்கத்தக்க வகையில் அரசியலிலேயே அல்லவா அவர்களது கவனமெல்லாம் திசை மாறிப் போய்க்கொண்டிருக்கிறது?

இப்பொழுது நாம் புற்று நோயை மட்டுமல்லாது எய்ட்ஸ் எனப்படும் உலகினை அச்சுறுத்திக் கொண்டிருக்கும் நோயாளி யினையும் எப்படி குணமாக்க முடியும் என்பதைப் பார்ப்போம்! ஆடு தீண்டாபாளை (Aristopochia Bracteta) என்ற ஒரே மூலிகையின் சாற்றினையும், நல்லெண்ணையையும் சேர்த்து ஒரு தைலமாக்கினால் இத்தைலத்தைப் பயன்படுத்தி மேற்கூறிய இரு நோய்களையும் குணமாக்கிவிட முடியும்.

இந்தக் 'கேன்சருக்கு' அதாவது அவர்களால் 'புற்றுநோய்' எனச் சொல்லப்பட்ட நோய்க்கு நமது மிகப்பெரும் மகரிஷிகள் அவர்களது பனைஓலை ஏடுகளில் எண்ணிக்கை நிறைந்த மருந்துக் கலவைகளை (Recipies) எழுதிவைத்துள்ளனர். மிக நீண்ட காலத்திற்கு முன்பு, மக்கள் வாழ்க்கை நலம் கருதிய பல கொடையாளிகள் இந்தப் பனை ஓலைகளில் இருந்தவற்றைப் பிரதிகள் எடுத்துப்பின் அச்சிடவும் வழி செய்தனர். அப்படிப்பட்ட

புத்தகங்கள் பல இன்று நம்மிடையே இல்லை. இன்று கூட மறு பிரதி எடுக்கப்படாமலேயே நூற்றுக்கணக்கான பனை ஓலை ஏடுகள் பயனற்றுக் கிடக்கின்றன. அத்தகைய பனை ஓலை ஏடுகள் சென்னையிலுள்ள ஓரியன்டல் நூலகம் (oriental library) தஞ்சாவூரிலுள்ள சரஸ்வதி மஹால் ஆகிய இடங்களில் இருப்பதைக் காணலாம். அரசாங்கத்தால் சில பனை ஓலை ஏடுகளிலிருந்து பிரதிகள் எடுக்கப்படுகின்றன என்றாலும் அவைகள் அவ்வளவு முக்கியமாகக் குறப்பிடத்தக்கவை அல்ல.

சித்த ஆயுர் வேத சிகிச்சைகளில் நான் செய்துள்ள கடினமான ஆராய்ச்சியின் பயனாக, பல புற்றுநோயாளிகளை குணப்படுத்தியுள்ளேன். தமிழக அரசும் சில வருடங்களுக்கு முன்பு நான் குணமாக்கிய எல்லா நோயாளிகளையும் விசாரித் தறிந்து தொலைக்காட்சியிலும் பல குணமான நோயாளிகளையும் ஒளிபரப்பு செய்துகாட்டியது. விஷயம் அத்துடன் நின்றுவிட்டது

பாரசில்சஸ் (Paracelsus) எனும் மேதை சொல்லியதுபோல் இனி சிகிச்சை செய்ய முடியாது என்று சில மருத்துவர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிகள், அம்மருத்துவர்களது நண்பர்கள் (மருத்துவர்கள்) அளிக்கும் மாற்று சிகிச்சையினால் நன்றாகக் குணமடைந்து விடுகிறார்கள் என்று தெரிந்தால் அவர்கள் அந்நோயாளிகளை கொலையும் செய்துவிடுவார்கள். மருத்துவர்களிடையே அவ்வளவு பொறாமை மண்டியிருக்கிறது.

ஒரு புற்றுநோய் மருத்துவ சாலையின் தலைவர் அரசு சுகாதார செயலாளரிடம் சென்று, நான் அவர்களது சிகிச்சை முறையைப் பழிக்கின்ற வகையிலான துண்டுப் பிரசுரங்களை விநியோகித்ததாகப் புகார் செய்தார். என்னை நன்கு அறிந்திருந்த அந்த சுகாதாரச் செயலாளர் டாக்டர் பலராமையயா பற்றி தனக்கு தெரியும் என்றும் அவர் அது போன்று நடந்து கொள்ள மாட்டார் என்றும் சொல்லி விட்டார்.

ஒரு மருத்துவச் சாலையில் அங்கு சிகிச்சை பெற்ற ஒரு நோயாளியிடம் அவர் இரண்டு வாரங்களே உயிரோடிருப்பார் என்று கூறிவிட, அந்நோயாளி சிகிச்சைக்காக என்னை நாடி

வந்து, சிகிச்சைப் பெற்று பூரண குணமும் அடைந்தார். அந்த மருத்துவச் சாலை மருத்துவர்கள் தனனை சித்ரவதை செய்ததை சொல்லி மிகக் கோபமடைந்வராய் தன்னைப் போன்ற நோயாளி களுக்கு ஏதேனும் தான் நன்மை செய்ய வேண்டுமென்றும் கூறினார். அவரே துண்டுப் பிரசுரங்களை அச்சடித்து, அம்மருத்துவச் சாலையிலுள்ள நோயாளிகளிடம் விநியோகம் செய்தார்; சுவர்களிலும் ஒட்டினார். அந்தத்துண்டுப் பிரசுரங்களைப் பார்க்கும் வாய்ப்பு எனக்கு கிட்டவில்லை. ஆனால், அப்பிரசுரம் அம்மருத்துவச் சாலையில் அவருக்குத் தரப்பட்ட சிகிச்சை முறையையும், அம்மருத்துவர்கள் அவரிடம் நடந்துகொண்ட விதத்தையும் நிந்திக்கும் வகையில் இருந்திருக்கும் என்று நான் நினைக்கிறேன்.

இது உண்மை என்றால் நான் அவரது செயலை நூற்றுக்கு நூறு ஆதரிக்கிறேன். நான் எனது புத்தகத்தின் முதல் பாகத்தில், புற்றுநோய் சிகிச்சையில் அலோபதி முறையைப்பற்றி குறை கூறியிருக்கிறேன்! உண்மையைச் சொன்னால் எனது கருத்துப்படி, புற்று நோயாளிகளின் எண்ணிக்கையில் 5 சதவிகித அளவு நோயாளிகளையாவது குணப்படுத்தக்கூடிய சிகிச்சை முறையை கண்டுபிடிக்கும்வரை, அனைத்து புற்று நோய் மருத்துவச் சாலைகளும் மூடப்பட வேண்டும். இந்த நோய்க்குத் தரப்பட்ட சிகிச்சைகளால் அவர்கள் எதை சாதித்தார்கள் என்ற விசாரணையும் நடத்தப்படவேண்டும். அவர்கள் சிகிச்சை செய்த நோயாளிகளின் எண்ணிக்கை, அவர்களில் பூரண குணமடைந்த நோயாளிகள் பற்றிய புள்ளி விவரங்களும் தரப்படல் வேண்டும், நான் இது சம்பந்தமாகப் கடுமையான வார்த்தைகளை உபயோகிப் பதற்காக வருந்துகிறேன். எனக்கு வயது 82, விஞ்ஞான ரீதியான அலோபதி சிகிச்சையை மேற்கொண்டதால் கொடுமைகளை அனுபவித்தவர்களாய் மறுபடியும் பழைய நிலைக்கே தள்ளப்பட்ட நூற்றுக்கணக்கான நோயாளிகளை நான் அறிவேன்!

இப்பொழுது மறுபடியும் நமது இந்திய முறை மருத்துவ சிகிச்சை பற்றியும், அதற்கான சிகிச்சை முறைகளைப்பற்றியும் தெரிந்துகொள்வோம்!

சித்த வைத்தியத்தில் புற்றுநோய் சிகிச்சையில் நிபுணனாக என்னைச் சொல்லிக் கொள்ளும் நான், புற்றுநோயால் அவதிப்படும் நோயாளிகளில் பலர், அடிப்படையில் அவர்களது உடலிலுள்ள நச்சுத்தன்மையாலேயே அவதிப்படுகிறார்கள் என்பதைக் கண்டறிந்துள்ளேன். இதைப் பற்றி நான் எனது புத்தகத்தின் முதல் பகுதியில் குறிப்பிட்டுள்ளேன். உடலிலுள்ள இந்த நச்சுத் தன்மையைக் குறைத்துவிடுவதே எனது சிகிச்சையின் முதல் வேலையாகும்!

உடலிலுள்ள இந்த நச்சுத்தன்மையைக் குறைப்பதற்கு நமது நாட்டில் அநேக வகை மூலிகைகள் உள்ளன. சித்த, ஆயுர்வேத மருத்துவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தும் வகையில், சித்த ஆயுர்வேத மருந்துக் கடைகளில் சுலபமாக கிடைக்கக்கூடியதான மருந்து வகைகளைத் கீழே குறிப்பிட்டுள்ளேன்.

1. கற்பூர சிலாசத்து (Asphalt)
2. கோமூத்ர சிலாசத்து (Komuthra Silajith)
3. குங்கிலியம் (Kungilium)
4. கருடக்கல் பஸ்பம் (Garudakkal baspam)
5. கல்மதம் (Kalmadham)
6. கந்தகம் (Sulphur)
7. ரசகந்தி மெழுகு (புலிப்பணி 400) (Pulippani)

தயாரிப்பதில் உள்ள ரகசியம் சக்தி மிக்க மருந்து வகைகளான மயில் துத்தம் (Copper Sulphate) கலோமெல் (calomel) ஆகியவை ஆச்சரியமான வகையில் வரிசைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன. அவைகள் சத்ரு மித்ரு என்றழைக்கப்படுகின்றன. மருந்து தயாரிக்கும்பொழுது மருத்துவன் கலவை தயார் செய்யும் முறைப்படி எச்சரிக்கையாக மருந்துகளைக் கலந்து, ஒன்றன் பின் ஒன்றாக அரைக்க வேண்டும். ஒரு மருந்து இன்னொன்றில் கேடு விளைவிக்கும் தன்மைகளைக் குறைத்து விடுகிற தத்துவமே இதில்

அடங்கியுள்ளது. புற்றுநோயை மட்டுமில்லாமல் கொடிய மேகநோய் (Syphilis) மூட்டு வலி (Arthritis) மற்றும் இன்னும் பல நோய்களைப் பக்க விளைவுகள் எதுவுமின்றி குணப்படுத்தக்கூடிய அதிசய மருந்து இது.

8. இடிவல்லாதி (Idivallathi)
9. சீனாக்கார பஸ்பம் [(Seenakara Baspam (Alums)]
10. ஆமையோடு பஸ்பம் (Amaiodu Baspam)
11. கல்நார் பஸ்பம் (Asbestos)
12. மண்டூரம் (Ferruso)
13. மூங்கில் உப்பு பஸ்பம் (Mungil salt baspam)
14. எம்.டி.மாத்திரைகள் (M.T.Pills)

இதன் உள்ளடங்கு பொருள்கள்

சுத்திகரிக்கப்பட்ட கந்தகம்	50	(Purified Sulphur)
சிலாசத்து	100	(Silajith)
கல்சுண்ணம்	20	(Kalsunnam)
சங்கு	30	(Sangu)
மண்டூரம்	5	(Mandooram)

இவைகள் அனைத்தும் தேங்காய் பாலுடன் சேர்த்து அரைக்கப்பட்டு பின்பு உலர்த்தப்பட வேண்டும்.

எலும்புகள், எலும்பு மஜ்ஜை (marrows), நரம்புகள் இவைகளை பலப்படுத்தக் கூடிய சக்திகொண்ட கால்சியமே இந்த பெரும்பாலான பஸ்பங்களில் அடங்கியுள்ளது. இந்த மருந்துகள் அனைத்தையும் தண்ணீர், பால் தேன் இவைகளுடன் கலந்து உட்கொள்ளலாம்.

சென்னை திருவான்மியூரிலுள்ள இந்திய மருத்துவச் சிகிச்சையாளர்கள் கூட்டுறவுக் கழகம்(Indian Medical Practitioner's Co-operative Society) வெளியிட்டுள்ள புத்தகங்களில் இந்த பஸ்பங்களைத் தயாரிக்கும் முறைகள் விவரிக்கப்பட்டுள்ளன.

மேற்குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பஸ்பங்கள் வயிற்றுவலி, ஜுரம், உயர் அமிலத் தன்மை (hyperacidirty) இருதய நோய்கள், கல்லீரல் வீக்கம் ஆகிய நோய்களை குணப்படுத்துவதுடன், புற்றுநோயையும் குணமாக்குகிறது. இம்மருந்துகளை உட்கொள்ளுவதால் பக்க விளைவுகளோ எதிர் விளைவுகளோ ஏற்படுவதில்லை.

இது இப்படியிருக்க, திசுக்களையும் உயிர் அணுக்களையும் எரித்துவிடக்கூடிய வெப்ப கதிர் சிகிச்சை (Radiation) மேற்கொள்ளப்படுவது எவ்வளவு கொடூரமானது! "நோயாளியின் உடலில் வைட்டமின் சத்துக்களை ஏற்றுங்கள்" என்று ஒரு புற்றுநோய் மருத்துவச் சாலையில் நோயாளிக்காக எழுதப்பட்ட ஒரு சீட்டில் காணப்பட்டது.

இன்னொரு நோயாளியின் விஷயத்தில் அவரது கைகளும், கால்களும் கட்டப்பட்டு உடல் முழுவதும் வெப்பகதிர் சிகிச்சை (radiation) அளிக்கப்பட்டது. புற்றுநோய் அவரது உடலெங்கும் பரவியிருந்ததாக அவருக்குக் கூறப்பட்டது. எந்த ஒரு உணர்ச்சியுள்ள, விஞ்ஞான அறிவுள்ள மனிதனும் பரிந்துரை செய்யாத வகையில் மருத்துவர்கள் தங்களை எப்படி எப்படியெல்லாம் மருந்து உட்கொள்ள வைத்தனர் என்றும், சிகிச்சை செய்தனர் என்றும் பல நோயாளிகள் தாங்க முடியாத பல சம்பவங்களை என்னிடம் வந்து கூறியிருக்கின்றனர். சில நோயாளிகளிடம் அவர்கள் முதலில் வெப்ப கதிர் சிகிச்சையைத் துவக்குகிறார்கள். அதுபோன்ற வேறு சில நோயாளிகளிடம் வேதியல் சிகிச்சையுடன் சிகிச்சையைத் துவங்குகிறார்கள். மற்ற சில நோயாளிகளிடம் ரேடியம் ஊசிகளைப் பதியவைக்கும் சிகிச்சை மேற்கொள்ளுகிறார்கள். கடைசியாக, நோயாளிகளை அறுவை சிகிச்சையை மேற்கொள்ளும்படி ஆலோசனை கூறுகிறார்கள். நோயாளிகள் இதற்கு இணங்கவில்லை என்றால், அவனை ஒரு நாட்டுப்புறத்தான் என்று நிந்தித்து வெளியே துரத்திவிடுகிறார்கள். நோயாளிகள் வலிதாங்காமல் அழுதால் செவிலியர்கள் அவர்களை அடிக்கவும் செய்வார்கள்.

மருத்துவச் சாலையில் கொடுக்கப்படுகின்ற உணவில் புழுக்களும் இருக்கும், இது ஏதோ கேள்விப்பட்ட செய்தி மட்டும் அல்ல.

ஒரு தெலுங்குப் பெண்மணி அம்மருத்துவச் சாலையில் தரப்பட்ட உணவினை ஒருநாள் என்னிடம் கொண்டுவந்தே காண்பித்தார். எல்லா புற்றுநோய் மருத்துவச் சாலைகளையும் மூடிவிட வேண்டும் என்று நான் சிபாரிசு செய்வதற்கு ஏதுவான காரணங்களில் இவைகளும் அடங்கும். எனவே ஒரு புற்றுநோயாளி மருத்துவச்சாலைக்கு சிகிச்சை நாடி போவதற்குப் பதில், தினமும் விளக்கெண்ணையை உட்கொண்டு, பசுமை நிறைந்த காய்கறி கீரை வகைகளை உணவாக உட்கொள்ளுதலே மிகவும் அவசியமாகும். கலிபோர்னியாவைச் சார்ந்த டாக்டர் ஜோன்ஸ் (Dr. Jones) என்பவர் "சிகிச்சை செய்யப்படாத நோயாளி சிகிச்சை செய்யப்பட்ட நோயாளியைக் காட்டிலும் நான்கு மடங்கு அதிகமாக உயிர் வாழ்கிறான் என்பதை எனது கடந்த 30 ஆண்டுகால ஆராய்ச்சி நிரூபித்துள்ளது" என்கிறார்.

சித்த அல்லது ஆயுர் வேத முறையில், கந்தகம் கலந்த மருந்தினால் ஒரு புற்றுநோயாளி சிகிச்சை செய்யப்பட்டால், அவருக்குப் பக்க விளைவுகள் அல்லது எதிர் விளைவுகள் எதுவும் வருவதில்லை, நோய் குணமாக்கப்படாவிட்டாலும் கூட, அவர் வலியற்றவாறு மரணமடைவார்.

அறுவை சிகிச்சை, பாதிக்கப்பட்ட பாகங்களில் கொடுமையாக ரேடியம் ஊசிகளைப்பதிப்பிக்கும் சிகிச்சை, நல்ல வலிமையான பற்களைப் பிடுங்கிவிடுதல், கன்னங்களில் அல்லது நாக்கில் உண்டாகும் புற்றுநோயை அறிய ஊடுகதிர் சிகிச்சை செய்தல் ஆகிய சிகிச்சைகளின் விளைவாக தாங்கமுடியாத வலி உண்டாகி துக்ககரமான முடிவையே பெரும்பாலான நோயாளிகள் சந்தித்திருக்கின்றனர்

நமது மகரிஷிகள் கண்டறிந்துள்ளபடி' நமது இந்திய நாடு மனிதர்களைத் தாக்கக்கூடிய 4448 வகை நோய்களைக் குணமாக்கவல்ல அதிசயமூலிகைகள் நிறைந்தது. ஒவ்வொரு மூலிகையின் மருத்துவ குணத்தைப்பற்றியும் அவர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள். இந்தியாவில் உள்ளது போல் உலகத்தில் வேறு எந்தப் பகுதியிலும் நீங்கள் இத்தகைய மூலிகைகளைப் பார்க்க முடியாது.

பிரிட்டிஷ் அரசு நம் இந்திய நாட்டை விட்டு வெளியேறியது போல, அவர்களால் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட சிகிச்சைமுறையும் சில இயந்திரங்கள் நீங்கலாக மற்றவற்றை இந்நாட்டை விட்டுவெளிற்ற வேண்டும். ஆனால் அவர்களின் உதவி காரணமாக ஏமாற்றப்படக் கூடிய படிப்பறிவில்லாத நமது நாட்டுப் பொது மக்களிடமிருந்து பல லட்சக்கணக்கான ரூபாய் உறிஞ்சப்படுகிறது.

சித்த வைத்தியத்தில் நிர்வாகத்திற்குரிய 'பயிற்சி முறையை அமைத்துத்தர நமது அரசு உயர்ந்த மனத்துடன் முன்வந்தாலும், பட்டதாரிகள் பட்டம் பெற்று வீடு திரும்பும் போது அலோபதி மருத்துவர்களுக்கு அவசியமான மூலப் பொருட்களை வாங்கவே ஓடுகிறார்கள், அலோபதி மருத்துவர்கள் எனப்படும் சில மருத்துவர்கள், நோயாளிகளிடம் அவர்கள் இதற்குமுன் வேறு ஏதாவது சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டுள்ளார்களா என்று கேட்கின்றார்கள், நோயாளிகள் தாங்கள் உள்நாட்டு சிகிச்சை எடுத்துக்கொண்டதாகக் கூறினால் அதனால் தான் அவர்களுக்கு நோய் வந்துள்ளது. என்று கூறிவிடுவார்கள்.

மருத்துவத் தொழில் என்பது கௌரவமான ஒன்று. அதில் களங்கமும் ஒழுக்கச் சீர் குலைவுகளும் ஏற்பட்டுவிட்டன. மருத்துவக் கல்லூரிகளிலிருந்து வெளியே வரும் மாணவர்களில் பெரும்பாலோர் எதற்கும் பயனற்றவர்கள். மருந்துகளைப் பற்றிச் சரிவரக் கற்பிக்கப்படாததால் நோயாளிகளிடமுள்ள நோயினை விரைவாக அதிகப்படுத்திவிடுகிறார்கள். மருந்துகளின் தன்மைகளைப் பற்றி விரிவாக அறிய முற்படுவதைக் காட்டிலும் ஒரு பல்கலைக்கழகப்பட்டம் (டிகிரி) வாங்கிக்கொள்வதில் தான் அதிக ஆர்வம் செலுத்துகிறார்கள்.

நோயாளிகளை மருத்துவரீதியாகப் பரிசோதனை செய்து பார்க்கும்முன்பே சில மருத்துவர்கள் நீங்கள் ஏன் கடைசிக் கட்டத்தில் இங்கு வந்தீர்கள் இத்தனை காலமாக என்ன செய்து கொண்டிருந்தீர்கள்? என்று கேட்டு நோயாளிகளைப் பயமுறுத்துகின்ற பழக்கமும் உண்டு. மருத்துவர்களின் இதுபோன்ற நடத்தையானது அரக்கத்தனமானது. மருத்துவ தர்மங்களை

மீறிய ஒன்று. அதற்குப்பதில் அவர் மிருதுவாக, உற்சாகமூட்டத்தக்க வார்த்தைகளையே உபயோகிக்க வேண்டும். நோயாளிகளிடமிருந்து முடிந்தவரை பிடுங்கவே இந்த வகையான பயமுறுத்தல்கள்! அலோபதி சிகிச்சைகூட 90 சதவிகித நோய்கள் குணமாவது மனோதத்துவ ரீதியிலேயே அடங்கியுள்ளன என்று கூறுகிறது. இந்த எளிதான அடிப்படையான கருத்தினை ஒரு மருத்துவர் புரிந்து கொண்டால்போதும்! அவர் பல நோயாளிகளைக் குணப்படுத்தி, அவர்கள் உயிரை மீட்டுவிடலாம். பெர்னாட்ஷா (Bernard Shaw) எனும் சிறந்த அறிஞர் தனது 'மருத்துவர்களின் தர்ம சங்கடம்' (Doctor's Dilema) என்ற புத்தகத்தில் 18வது பக்கத்தில் இவ்வாறு குறிப்பிடுகிறார். உண்மையில் டாக்டர்களது உலகம்; அவர்களது தையற்காரர்களைவிட முறைப்படியானது அல்ல; அல்லது இதையே நீங்கள் தலைகீழாகச் சொல்லவிரும்பினால் அவர்களது தையற்காரர்கள் அவர்களைக் காட்டிலும் முறைப்படிச் செய்வதில் குறைந்தவர்களல்ல; மருத்துவம் செய்வது ஒரு கலை; விஞ்ஞானமல்ல; ஒரு பாமர மனிதன் தனக்கு விஞ்ஞானத்தின் மேல் உள்ள பெரும் ஆர்வம் காரணமாக, ஒரு விஞ்ஞானப் புத்தகத்தை எடுத்து படித்து விஞ்ஞான முன்னேற்றத்தினால் விளைந்துவரும் கண்டுப்புகளைத் தொடர்ந்து படித்து வருவானானால், அவன் அவ்வித ஆர்வமற்றவர்களும் வயிற்றுப்பிழைப்பிற்காகவே தொழில் செய்பவர்களுமான மருத்துவர்களைவிட (ஒரு சமயம் பெருத்த எண்ணிக்கையளவில்) அதிகம் தெரிந்து கொள்ளுகிறான். மருத்துவத் தொழில் என்பது மக்களை ஆரோக்கியமாக வைத்துக்கொள்ளும் கலை என்பது மட்டுமாகாது ஒரு (மருத்துவ) பாட்டி அல்லது அருகிலிருக்கும் அரைகுறை வைத்தியர், சொல்வதைவிட சிறந்ததான ஒன்றை உங்களுக்குச் சொல்கின்ற மருத்துவர் யாருமில்லை. நோய்களைக் குணப்படுத்துகின்ற கலை அது. இவ்விதம் விஞ்ஞான உலகத்திற்குத் தன் பங்கைச் செய்யக்கூடிய சந்தர்ப்பம் வாய்க்கப் பெற்ற, ஒரு தொழில் செய்யும் மருத்துவர், விதிவிலக்கானவராவார் (எனது நாடகம் ஒரு புகழ்பெற்ற மருத்துவரைச் சித்தரிக்கின்றது) ஆனால் அவர் மருத்துவச் சாலை அனுபவத்திலிருந்து கேடு

விளைவிக்கக்கூடிய முடிவுகளை எடுக்கின்ற சந்தர்ப்பங்களே அதிகம்; ஏனெனில் அவருக்கு விஞ்ஞான ரீதியில் அடிப்படையிலான முறைகள் பற்றிய எண்ண ஓட்டம் இல்லை. சாட்சிகளையும் புள்ளிவிவரங்களையும் சிகிச்சையில் கையாள்வதற்குத் திறமை தேவையில்லை என்று அவர் நம்புகிறார். அரைகுறை வைத்தியர் (குவாக்) எனப்படுபவருக்கும், தகுதிபெற்ற மருத்துவர் என்பவர்க்குமிடையேயுள்ள முக்கிய வேறுபாடு என்னவெனில் மருத்துவரே மரணச் சான்றிதழ்களில் கையெழுத்திட அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளார் என்பதுதான். ஆனால் இவ்வித சான்றிதழ் வழங்க இவ்இருவருகைக்குட்பட்ட மருத்துவர்களுக்குமே சமமான வாய்ப்பிருக்கின்றது. தகுதி வழியில்லாத மருத்துவர்கள் இப்பொழுது சுகாதார அதிகாரிகளாக மாறி பணம் குவிக்கிறார்கள். அவர்கள் என்ன செய்துகொண்டிருக்கிறார்கள்? பொழுதுபோக்கிற்காக விஞ்ஞானிகளாயுள்ளவர்கள் அவர்களை அடிக்கடி பணிக்கு நியமித்துக்கொள்கிறார்கள். அறியாமை நிறைந்த மக்களோ இதை அறியாமல் எளிதாக ஏமாற்றுப் படுகிறார்கள்.

நமது மிகப்பெரிய ரண சிகிச்சையாளர்களது கண் எதிரிலேயே உடைந்த எலும்பை ஒட்டவைக்கும் (Bone setters) சிகிச்சை செய்பவர்கள், நன்கு படித்த செல்வம் நிறைந்த நோயாளிகளிடமிருந்து பணத்தைப் பெற்றுக் குவிக்கிறார்கள். பதிவு செய்யப்பட்டு செயல்புரியும் சில மருத்துவர்கள் மிகவும் மாறுபட்ட சிகிச்சை முறைகளை மிகவும் வெற்றிகரமாகக் கையாள்கிறார்கள்; இவர்கள் ஒரு சாதகமான நிலைக்காகவே தங்களைத் தகுதி உள்ளவர்களாகச் செய்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

உதாரணத்திற்கு தோள் எலும்பில் (collar bone) முறிவு ஏற்பட்ட எனது மனைவியை எடுத்துக் கொள்கிறேன். அவள் தனது கையைத் தூக்கமுடியாமல் மிகவும் துன்பத்திற்குள்ளானாள். ஊடுகதிர் (எக்ஸ்-ரே) படம் எலும்பு முறிவை எடுத்துக் காட்டியது. மருத்துவர்கள் இந்த விஷயத்தில் அவர்களால் இயன்ற எதைச் செய்யமுடியுமோ அதைச் செய்து கொள்ளலாமா என்று கேட்டனர். நான் என்னுடைய சொந்த நாட்டு

வைத்திய சிகிச்சைப்படி முயற்சி செய்து எலும்புகளை ஒட்ட வைத்துக் கொள்வதாகச் சொன்னேன். அப்பொழுது நான் திருநெல்வேலியில் ஒரு மாவட்ட செஷன்ஸ் நீதிபதியாக (District and Sessions Judge) இருந்தேன். எலும்பு முறிவுகளைச் சரி செய்யத் தெரிந்த 90 வயதுள்ள மிக வயதான முதியவர் ஒருவரை நான் அழைத்து வரச் சொன்னேன்; அவரும் எனது இல்லத்திற்கு வந்தார்; என் மனைவிக்கு எந்த குறிப்பிட்ட இடத்தில் எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டிருந்தது என்பதை அவர் உடனே கண்டுபிடித்துவிட்டார். பிறகு என்னிடம் சன்னமாகப் பொடி செய்யப்பட்ட கறுப்பு உளுந்துப் பொடியையும் (Black gram dal) (இந்தியக் குடும்பங்களில் பலவித சமையல்களில் உபயோகப்படுத்தப்படும் ஒரு வகைப்பருப்பு) இரண்டு முட்டைகளையும் கொண்டு வரச் சொன்னார். அவர் அந்த உளுந்துத்தூளை ஒரு தட்டில் போட்டு, முட்டையை உடைத்து அதன் வெள்ளைக்கருவினை அதில் விட்டு அதை பசையாக்கினார். ஒரு சிறிய துண்டுத் துணியில் அந்த பசையைப் பூசி அதை எலும்புமுறிவு ஏற்பட்ட இடத்தின் மேல் வைத்தார். அவ்விதமே தொடர்ந்து 4 அல்லது 5 நாட்களுக்கு செய்துவரும்படி கூறினார். நானும் அவ்விதமே செய்தேன். 5 நாட்களுக்குள் படிப்படியாக எனது மனைவி வலியின்றி தனது கையைத தூக்குவதைப் பார்த்தேன். பிறது மறுபடியும் நான் தலைமை அலுவலக மருத்துவச் சாலைக்கு அழைத்துச் சென்றேன். எக்ஸ்-ரே எடுத்தேன். எக்ஸ்-ரே படத்தில் எலும்பு முறிவு ஒழுங்காகி இருந்ததை பார்த்துவிட்டு மருத்துவர்கள் ஆச்சரியப்பட்டனர்.

இப்பொழுது எனக்கு வயது 82, மூன்று வருடங்களுக்கு முன்னால், நான் கீழே தவறி விழுந்து எனது வலது தொடை எலும்பிற்கு முறிவு ஏற்பட்டது. சென்னையிலுள்ள புகழ்பெற்ற எலும்பு முறிவு வைத்தியரிடம் (ஆர்த்தோ சர்ஜன்) சென்றேன். அவர் எக்ஸ்-ரே எடுத்துப் பார்த்துவிட்டு வலது தொடை எலும்பில் முறிவு ஏற்பட்டுள்ளதாகக் கூறி அறுவை சிகிச்சை செய்துகொள்ளவேண்டும் என்றார். அவருடைய குடும்பத்தினர்களில் பலருக்கு மஞ்சள் காமாலை வியாதிக்காக நான் சிகிச்சை

அளித்துள்ளதால் அவர் எனக்கு மிகவும் தெரிந்தவர் கடவுளின் கோவிலாக இருக்கக்கூடிய இவ்வுடலில் எந்த கத்தியும் படக்கூடாது என்று நான் அவரிடம் வெளிப்படையாகவே சொல்லிவிட்டேன்.

நான் அறுவைச் சிகிச்சைக்குச் சம்மதிப்பேன் என்று அவர் ஒருபோதும் எதிர்ப்பார்க்கவில்லை என்று புன்னகைத்தபடியே சொன்னார். சித்தூர் ஜில்லாவில் புத்தூரில் இருந்த ஒரு புகழ் பெற்ற எலும்பு முறிவு சிகிச்சை வைத்தியருக்குச் சொல்லி அனுப்பினேன். அவர் வந்து முட்டையின் வெள்ளைக் கருவை எடுத்து எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டிருந்த இடத்தின் மீது தடவினார். கூட, ஒரு மூலிகையின் பசையையும் தடவி, நான் எனது காலை அசைக்க முடியாதவாறு கட்டு போட்டு விட்டார். இது போல் ஏழு அல்லது எட்டு முறை கட்டுபோட்டுக் கொள்ள வேண்டும் என்றும், ஒவ்வொரு முறை போடப்பட்ட கட்டு 10 நாட்களுக்குப் பின் எடுக்கப்பட்டு விடும் என்றும் கூறினார். இரண்டு முறை கட்டுகள் போட்டதும் அவர் எனது காலை அசைக்கும்படி கூறினார். நான் எனது கட்டை விரலை மட்டுமின்றி எனது காலையும் மேலே தூக்கினேன். அந்த வைத்தியர் அதைப் பார்த்து எவ்விதம் உங்களில் அப்படி அசைக்க முடிந்தது என்று கூறி ஆச்சரியமுற்றார். நான் நல்ல பழக்கவழக்கங்களை மேற்கொண்டிருந்தாலும் உடலை நல்ல நிலையில் வைத்துக் கொண்டிருந்ததாலுமே அவ்வளவு சீக்கிரமாக எலும்புகள் சேர முடிந்தன என்ற கருத்தை தெரிவித்தார் இருப்பினும் அவர் இன்னும் ஒரு கட்டு போட்டுவிடுவதாகக் கூறி, அவ்விதமே செய்தார் முதல் இரண்டு கட்டுகள் போடப்பட்ட காலத்தில் நான் எனது கால்களை அசைக்க முடியவில்லை. அவ்விதமிருந்தது எனக்கு எனக்குச் சங்கடமாக இருந்தது. ஏனெனில் நான் எப்போதும் சுறுசுறுப்பாக இருக்கக் கூடியவன். மூன்றாவது கட்டு போட்ட இரண்டு அல்லது மூன்றாம் நாள், எனது காலிலிருந்த கட்டு எனக்குச் சங்கடமாக இருந்தது என்று சொல்லி, எனது வீட்டுப் பெண்களைக் கொண்டு அக்கட்டினை முழுவதுமாக எடுத்து விட்டேன். பத்து நாட்கள் கழித்து, அந்த எலும்பு வைத்தியர் வந்து

தொடை எலும்பு முறிவைப் பரிசோதித்துப் பார்த்துவிட்டு எலும்பு பரிபூர்ணமாக இணைந்து சரியாகிவிட்டன என்றும், இனி நான் எழுந்து நடக்கலாமென்றும் கூறினார். ஆனால் அவர் சொன்னதில் எனக்கு முழுமையான நம்பிக்கை ஏற்படவில்லை. நானே தனியாக நடக்க முயற்சிக்க வில்லை. யாரையாவது பக்கத்தில் (இலேசாக) பிடித்துக் கொண்டபடி, மெதுவாகக் குளியலறைக்கு நடந்து செல்வேன் பிறகு படிப்படியாக வீட்டிற்கு வெளியேயும் நடக்கத் துவங்கினேன். இப்பொழுது நான் தனியாகவே நடந்து செல்ல முடியும் என்ற நம்பிக்கையுடன் இருக்கிறேன்! ஆனால நான் மறுபடியும் கீழே விழ நேரிட எலும்பு முறிந்தால் அதை சரி செய்யவே முடியாது என்று பீதி கொள்ளும் வகையில் அச்ச உணர்வு என்னை ஆட்கொண்டிருந்தது.

நமது நாட்டிலுள்ள எலும்பு முறிவு சிகிச்சை செய்யும் உள்ளூர் வைத்தியர்கள் (அரைகுறை வைத்தியர்கள்) (Quacks) பல அதிசயங்களைச் செய்ய வல்லவர்கள் என்பதை எடுத்துக் காட்டவே இந்தச் சமபவங்களை விவரித்துள்ளேன்.

நான் இதுவரை 20 புத்தகங்களை எழுதி வெளியிட்டுள்ளேன். இதில் 17 வட்டார மொழியிலும். 3 ஆங்கிலத்திலுமாக வெளிவந்துள்ளன. சித்த மருத்துவத்தில் நான் அனுபவரீதியாக கண்ட மருந்துக் கலவைகளை இப்புத்தகத்தில் விவரித்துள்ளேன்.

வாந்திபேதி (காலரா), பெரியம்மை, டைபாய்டு முதலிய நோய்களின் தாக்குதல் தற்போது குறைந்துள்ளதற்குக் காரணம் நோய்தடுப்பு ஊசிகளினால் அல்ல, பொதுமக்கள் குடி தண்ணீர், சுற்றுப்புறத் தூய்மை போன்றவை உள்ளிட்ட பொதுச் சுகாதாரம், ஆரோக்கியம் இவைகளைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு பெற்றுள்ளதால். நான் அலோபதி மருத்துவர்களால் கண் அறுவை சிகிச்சை, இரத்த தானம் முதலியவற்றிற்காக நடத்தப்பட்டுவரும் நோய் சிகிச்சை முகாம்களில் பெரும்பாலானவை பணத்தையும், சக்தியையும் வீணடிப்பவையே! அனுபவமில்லாத மருத்துவர்கள் ஒரு போதும் மிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்த கண்களைப் போன்ற உடல் உறுப்புகளின் விஷயத்தில் தலையிடக்கூடாது. தங்களது

தினசரி உணவைத் தேடிக் கொள்ள தங்கள் கண்களையே நம்பி வாழும் ஏழை மக்களின் கண்களை இம்மருத்துவர்கள் சிகிச்சை செய்வதாகச் சொல்லி, பயிற்சியே பெறுகிறார்கள். அவ்வித சிகிச்சைகள் தொடர்வதும் இல்லை! இத்தகைய முகாம்களில் சிகிச்சை பெற்றவர்களில் 95 சதவிதத்தினர் தங்களுக்கு அளிக்கப்பட்ட சிகிச்சையால் எவ்வித பலனுமில்லை என்று கூறுவதை நாம் நடைமுறையில் பார்க்கிறோம்! ரோடரி (Rotary) சங்கங்களும் லயன்ஸ் (Lions club) சங்கங்களும் அத்தகைய சிகிச்சை முகாம்களை நடத்துவதற்காகப் பெருமைப்பட்டுக் கொள்கின்றன. அப்படி வீணாகும் பணத்தை அவர்கள், கல்வியைப் பரப்பும் திட்டங்களுக்காகச் செலவழிக்கலாம்!

இறந்துவிட்டதாகக் கருதப்படும் ஒரு மனிதன் உண்மையிலேயே இறந்து விட்டானா இல்லையா என்பதையறியும் அடையாளங்களை அலோபதி முறை இன்னும் தீர்மானமாகச் சொல்ல இயலவில்லையாதலால், புதைகுழிக்கு எடுத்துச் செல்லப்படும்போது இறந்து விட்டதாகச் சற்றுமுன் தீர்மானிக்கப்பட்டிருந்த பிணங்கள் நடுவழியில் உயிர் பிழைத்து எழுந்ததாகச் செய்தித்தாள்களிலும் நாம் படிக்கிறோம்!

சென்னை அரசு பொதுமருத்துவமனையிலும் சவக்கிடங்கிலிருந்து (Mortuary) பிணங்கள் உயிருடன் வெளிவந்திருப்பதும் உண்டு. இச்சம்பவங்கள் அலோபதி மருத்துவமுறையில் நோய் நிலை கண்டறியும் தன்மையில் உள்ளகுறைபாடுகளையும் அல்லது மருத்துவர்களது அலட்சியத்தையும், அறியாமையையும் பறைசாற்றுவதாக உள்ளன. மேலும், புற்றுநோய் வந்த ஒரு கண்ணினை எடுப்பதற்குப்பதில், ஆரோக்கியமான நல்ல நிலையிலிருந்த மறு கண்ணை எடுத்துவிட்ட கொடுஞ்சம்பவத்தையும், அது போலவே, நோயால் தாக்கப்பட்ட காலை வெட்டி எடுப்பதற்குப்பதில் ஆரோக்கிய நிலையிலிருந்த மறு காலை எடுத்துவிட்டதையும் நாம் அறிந்துள்ளோம்.

இதற்கு காரணமான அடிப்படையான தவறு அரசிடமே உள்ளது. இவையெல்லாம் என்னவோ சாதாரணமாக வாழ்க்கையில்

நடைபெறக்கூடிய சம்பவங்கள் என்பது போல் பாவித்து, அரசாங்கம் அத்தகைய (தவறு செய்த) மருத்துவர்களைச் சிறைச்சாலையில் தள்ளுவதற்குப் பதில், தாராளப்போக்குடன் நடந்து கொள்கிறது. மருத்துவத் தேர்வில் சான்றிதழைப்பெற்று தங்கள் புகழை உயர்த்திக் கொள்ளத் தங்கள் பெயருக்குப் பின்னால் வால்போல் நீண்ட எழுத்துக்களையும் போட்டுக் கொண்ட மருத்துவர்கள், உண்மையில் இரண்டு அல்லது மூன்று நோயாளிகளையே அவர்கள் கவனிக்க வேண்டியிருந்தும், புது நோயாளிகளை சந்திக்கப் பல மாதங்களுக்குப் பின்தான் நேரம் ஒதுக்கித்தருவர். அவ்வித மருத்துவர்களுக்கு மரணமும் எமனும் எந்த நேரத்தையும் ஒதுக்கித் தருவதில்லை தூக்கிக்கொண்டு போய் விடுகிறார்கள். பெர்னாட்ஷா சொல்லியுள்ளபடி தானும் அழியக்கூடியவனே என்று எழுதிய பலகையை அவர்கள் தொங்கவிட்டுக் கொள்ளவேண்டும்.

வெற்றுத்தனமான மருத்துவர்கள், பல்கலைக்கழகப் பட்டங்கள் பெறாத ஆனால் நல்ல விஷயஞானமுள்ள மருத்துவர்களை அரைகுறை வைத்தியர்கள் என்று இகழ்ந்து கூறுவதும், அலோபதி தவிர மற்ற மருத்துவ முறைகள் விஞ்ஞான ரீதியானது அல்ல என்று சொல்வதும் வெற்றுத்தனமான அலோபதி மருத்துவர்கள் மேற்கொண்டுள்ள விரும்பத்தகாத செயலாகும். இவ்வித மருத்துவர்கள் ஒன்று அல்லது இரண்டு செவிலியர்களுடன் (Nurse) அல்லது பட்டம் பெற்ற மருத்துவர்கள் சிலரை ஒரு இயந்திர வண்டியில் ஏற்றிக் கொண்டு பட்டணத்தைச் சுற்றி வலம் வருகிறார்கள். ஒவ்வொரு வீட்டிற்கும் சென்று, குடியிருப்பவர்களிடம், பெரும்பாலும் பெண்களிடம் தாங்கள் சமூக நல நிறுவனங்களிலிருந்து வந்திருப்பதாகக் கூறி, அப்பெண்கள் புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார்களா! இல்லையா? என்பதைக் கண்டறியும் வகையில் பரிசோதனைகளை நடத்துகிறார்கள். இந்தப்பரிசோதனைகளுக்கு நமது பேதைப் பெண்கள் அடிமையாகிவிடுகிறார்கள்.

இம்மருத்துவர்கள் அவர்களுக்குப் புற்றுநோய் வந்திருக்கலாம் என்றும், உடனே தொடர்ந்து பரிசோதனைகளுக்காக மருத்துவச்சாலைக்கு வரும்படியும் கூறிவிடுவார்கள்! அவர்களிடம்

வெள்ளைப்போக்கு நோய் காணப்படுவதாகவும் அது புற்றுநோய் உள்ளதற்கு அடையாளம் எனவும், உடனே சிகிச்சை தரப்பட்டாக வேண்டும் எனவும் அப்பெண்களிடம் கூறி, அவர்களைக் கூடவே வண்டியில் தங்களுடன் அழைத்துச் சென்றுவிடுவார்கள் வெள்ளைப் போக்கு என்பது சாதாரணமாக திருமணமாகாத பெண்கள் உள்பட பெரும் பாலான பெண்களிடமும் காணப்படக் கூடியது என்பது அனைவரும் அறிந்ததுதான். ஒரு சில சமயங்களில் ஏமாளிகளான பெண்கள் மருத்துவச் சாலைக்கு செல்கிறார்கள். அங்கு நோயைத் தீர்மானிக்கும் சிகிச்சையான உடல் திசு ஆய்வு நடத்தி அவர்களுக்கு ஆட்கொல்லி நோயான புற்று நோய் வந்திருக்கிறது என்று சொல்லிவிடுவார்கள். திகிலடைந்த அப்பெண்கள் மருத்துவச், சாலைகளில் சிகிச்சைக்காக சேர்ந்து, அங்கு கதிர் வீச்சு சிகிச்சை, அறுவை சிகிச்சை, வேதியியல் சிகிச்சை முதலியவற்றிற்கு உட்படுகிறார்கள். இந்த விதமான நிந்திக்கப்பட வேண்டிய செயல்களை அரசு கவனித்து, ஒன்றுமறியாத பெண்களைக் காப்பாற்றவேண்டும்.

பெரும்பாலான நகரங்களிலும், பட்டணங்களிலும் சிகிச்சை இல்லங்கள் (Nursing Nome) காளான்களைப் போல் வேகமாய் பெருகிக் கொண்டிருக்கின்றன. சமீபத்தில் மருத்துவத்துறையில் பட்டம் பெற்ற பெரும்பாலானவர்கள் நிதிப்பற்றாக்குறை காரணமாகத் தாங்களாகவே தங்களுக்குச் சொந்தமான வைத்தியசாலைகளை அமைத்துக் கொள்ள முடியாததாலும், முக்கியமாக மருத்துவத்துறையில் நோய்களை இனம் கண்டு பிடித்து அதற்கான மருந்துகளைக் பரிந்துரை செய்யும் அளவிற்கு தேவையான அறிவினைப் பெற்றிராத காரணத்தினாலும், இவ்வித ஏதாவது சிகிச்சை இல்லத்தில் தாங்களாகவே சென்று சொற்ப சம்பளத்திற்குப் பணியாற்றுகிறார்கள்.

ஒரு நோயாளி காரில் வருவாரானால் இந்த இளம் மருத்துவர்கள் துப்பறியும் நிபுணராக மாறி, பணம் வசூலிக்கும் காசாளரிடம் இவ்வகை நோயாளியின் நிதிவளத்தைப் பற்றி செய்தி அனுப்பிவிடுகிறார்கள். காசாளரும் நோயாளியின் அந்தஸ்துக்குத் தக்கவாறு சிசகிச்சைக்கான உத்திரவாதப் பணத்தை (Deposit) நிர்ணயம் செய்கிறார். பெரும்பாலான சிகிச்சை

இல்லங்களில் நோயாளியின் அந்தஸ்து எப்படிப்பட்டதாக இருந்தாலும், குறைந்த பட்ச உத்திரவாதப் பணமாக ரூ-1000/ வசூலிக்கப்படுகிறது. நிதி வசதியுள்ள நோயாளிகள் சிகிச்சை இல்லங்களில் தேவைப்பட்ட காலத்தைக் காட்டிலும் அதிகமான நாட்கள் இருத்திக் கொள்ளப்படுகிறார்கள்; அதாவது நிதிவசூல் செய்வதற்காகவே, அவர்கள் நோயிலிருந்து விடுபட்ட பின்பும் வைத்துக் கொள்ளப்படுகிறார்கள்.

சில சமயங்களில், அவர்கள் எழுதித்தரும் மருந்துகள் தலை நகரங்களிலும் கிடைப்பதில்லை. நோயாளியின் பணப்பை பெருத்திருக்கும் பட்சத்தில் அந்த மருந்து அமெரிக்க ஐக்கிய நாட்டில் மட்டுமே கிடைக்கக் கூடியது என்றும் விமான ஓட்டி (Pilot) களின் கருணையால் அம்மருந்துகள் வரவழைத்துதர ஏற்பாடுகள் செய்யப்படும் என்றும் மருத்துவர் நோயாளியிடம் கூறுவர். இந்த வழியில் மருத்துவர்கள் ஆயிரக் கணக்கான ரூபாய்களை நோயாளிகளிடமிருந்து பிடுங்கி, கற்பனையான ஒரு பெயருடன் கூடிய மருந்தினைக் கொண்டுவருவர். 25 வருடங்களுக்கு முன்னால் இது போன்ற வஞ்சனைகள் எதுவும் எங்கும் இருந்ததில்லை.

மருத்துவத்தறையில் நுழையும் ஒரு மாணவன், கல்வி நிறுவனத்தில் சேருவதிலிருந்து மருத்துவத்திற்கான பட்டம் வாங்கும் வரை, பல லட்சக்கணக்கான ரூபாய்களை செலவழிக்க வேண்டியுள்ளதால், மருத்துவர்களது இத்தகைய மனம் வருந்தத்தக்க வழக்கம் எங்கும் நிறைந்திருப்பதாக நான் கருதுகிறேன்.

நர்சரி பள்ளிக் கூடங்களில் நன்கொடையாக, சீருடை தைக்க, புத்தகங்கள் வழங்க என்று எல்லா வகைகளிலும் குழந்தைகளின் பெற்றோர்களிடமிருந்து இரத்தத்தைப் பிழிகின்ற பழக்கமும் கண்டனத்துக்குரியதே! இதைப்போலவே இங்கும் இவ்வாறு பணத்தை வசூலிக்கும் வழக்கம் இருப்பது வருந்தத் தக்க விஷயம்.

கத்திகளிலும், ஊசிக் குழாய்களிலும் நம்பிக்கை வைத்திருப்பது போல், நமது நாட்டு மருத்துவர்கள் நமது மூலிகைகளின் சக்தியில் நம்பிக்கை கொண்டவர்கள் அல்ல.

நாராயண ரெட்டி எனும் பெயருடைய ஒரு மனிதனுக்கு நான் அளித்த சிகிச்சையில் ஒரு சம்பவத்தை இப்பொழுது உங்களுக்குச் சொல்கிறேன். பத்து வருடங்களுக்கு முன்பு அவருக்கு வயது 65. ஆனால் இப்பொழுது அவர் உயிரோடு இருக்கிறாரா இல்லையா என்று தெரியாது. அவர் ஒருவேளை உயிருடன் இருப்பின், அவரை நேரில் விசாரித்து அறிந்த உண்மையைத் தெரிந்து கொள்ளும்படி அரசாங்கத்தைக் கேட்டுக் கொள்கிறேன். அவர் நல்ல ஒரு செல்வந்தராகத்தான் இருந்தார். ஆனால் படிப்படியாக அவரது செல்வம் மருத்துவர்களின் சட்டைப்பைக்குள் இடம் மாறிவிட்டது.

இது தான் விஷயம்! அவர் நுரையீரல் நோய் ஒன்றினால் அவதிப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார். சென்னை அரசாங்க பொதுமருத்துவ மனையிலிருந்த நுரையீரல் நோய் நிபுணர் ஒருவரிடம் சென்று காண்பித்தார். அவர் ஆலோசனைப்படி அம்மருத்துவச் சாலையில் சில நாட்கள் தங்குவதற்காக அனுமதிக்கப்பட்டார். அந்த நோயாளி ஒரு நல்ல செல்வந்தர் என்று அறிந்ததும், அம்மருத்தவர் அவரைத் தனது சிகிச்சை இல்லத்திற்கு மாற்றி விட்டார். அங்கு இரண்டு அல்லது மூன்று மாதங்களுக்கு அவருக்கு எல்லாவிதமான அலோபதி மருந்துகளையும் பயன்படுத்தி சிகிச்சை செய்தார். என்னைப் பொறுத்த வரையில், அந்தச் சிகிச்சை மிகவும் கொடூரமானது. பாவம்! நோயாளியின் உடலெங்கும் வெடிப்புகள் தோன்றி சீழும் நீரும் கசியத் தொடங்கியன. அம்மருத்துவர் அவரை ஒரு தோல் மருத்துவரிடம் (dermatologist) அனுப்பிவித்தார். இந்த மருத்துவரும் மிக அதிக அளவு ஆலோசனைப் பணத்தை (Consulting fees) பெற்றுக் கொண்டபின், அவரது புற்று நோய் தோலிலும் பரவி விட்டது என்றும், இந்த உலகில் இனி அவர் உயிர் வாழ்வது கடினம என்றும் கூறிவிட்டார். அந்த நோயாளி ஒரு நோயாளி வண்டியில் (Ambulance) கிடத்தப்பட்டு என்னிடம் அனுப்பப்பட்டார். அப்படிப்பட்ட ஒரு நோய் அவருக்கு எப்படி வந்திருக்கும் என்று நான் சற்று பதறி விட்டேன். இருப்பினும், அந்நிலை நோயாளி உட்கொண்ட ஆன்டிபையாடிக்ஸ் மருந்துகளினால் தான் என்று முடிவு செய்தேன். அவரது

உடலிலிருந்து நச்சுப்பண்பு அப்புறப்படுத்தப்பட்டாலொழிய அவரால் உயிர்பிழைக்க முடியாது. அப்படிப்பட்ட ஒரு சங்கடமான நிலையில் எவ்வித மருந்தையும் அவருக்குத் தருவது முடியாத ஒன்றாகும் என்று அவரிடமும் அவரது உறவினர்களிடமும் கூறினேன். மேலும், நான் சொல்லும் முறையில் அப்படியே செய்து வந்தால், நோயாளி உயிர் பிழைக்கலாம் என்றும் கூறினேன். அவர்களும் அவ்விதம் செய்வதாக உறுதி அளித்தார்கள்!

வேப்ப இலைகளால் செய்யப்பட்ட இரண்டு அவுன்ஸ் தைலத்தைத் தயாரித்து காலை 6 மணி அளவிலும் மாலை 6 மணி அளவிலும் உங்களுக்கு உள்ளுக்குக் கொடுத்துவர வேண்டும், மேலும் பெரிய பானை ஒன்றில் நீர் ஊற்றி அதில் வேப்ப இலைகளைக் கொத்தாகப்போட்டு, நீரைக் கொதிக்க வைத்து, அதை தினம் இரு வேளை அந்நோயாளியின் தலை முதல் பாதம்வரை ஊற்றி வரவேண்டும் என்றும், அந்நோயாளி தொடர்ந்து 40 நாட்கள் உயிருடன் இருந்தால் என்னை மறுபடியும் வந்து பார்க்கலாம் என்றும் கூறி அனுப்பினேன்.

நோயாளிக்கோ அவரது உறவினர்களுக்கோ இந்த ஆலோசனை திருப்திகரமானதாகப் படவில்லை. நான் சொல்லியபடியே அவர்கள் செய்வதாக கூறி ஏதாவது மருந்துகளை தருமாறும் வேண்டினார். நான் முதலில் சொல்லிய சித்த மருந்தே உலகிலேயே சிறந்த மருந்து என்றும், எவ்விதத்திலாவது நான் சொல்லியபடியே செய்தே ஆகவேண்டுமென்றும், இல்லையெனில், அவர்கள் நோயாளியின் தலைவிதிப்படி விட்டுவிடலாம் என்றும் கூறினேன், எனது குரலில் கடுமை நிறைந்திருந்தது. நோயாளிகளின் உறவினர்கள் இறுதியாக இதற்கு ஒப்புக்கொண்டு சென்று விட்டனர்.

30 நாட்கள் கழிந்த பிறகு என்னைத் தேடி மூன்று நபர்கள் வந்தனர். அவர்கள் சிங்கப்பேட்டாவிலிருந்து வருவதாகக் கூறினர். அப்பொழுது நான் நாராயணரெட்டியைப் பற்றி நினைவு கூர்ந்து அவர் நலமாக உயிருடன் இருக்கிறாரா என்று கேட்டேன். அம்மூவரில் ஒருவர் என்ன ஐயா? என்னை அவ்வளவு சுலபமாக மறந்து விட்டீர்கள்? நான் தான் நாராயணரெட்டி!

என்றார். மார்பில் இருந்த சில தடிப்புகள் நீங்கலாக அவரை சகஜ நிலையில் உள்ள ஒரு மனிதராக பார்த்ததும் நான் அதிர்ச்சி அடைந்தேன். அந்த நிலையிலாவது அவருக்கு ஏதாவது மருந்து தரும்படி அவர் கேட்டார். ஆனால் நான் அதற்கு மறுப்பு தெரிவித்து, அதே சிகிச்சையை இன்னும் 20 தினங்களுக்குத் தொடர்ந்து செய்யும்படி சொன்னேன். அதற்குப் பிறகு அந்த மனிதர் புதிய தோலுடன் விளங்குவதைப்பார்த்தேன். நான் சரியாக நினைவு கூறுகிறேன் என்றால் அந்த மனிதர் அதற்குப்பின் 5 வருடங்கள் உயிர் வாழ்ந்திருந்தார் என்று சொல்லலாம். ஏனெனில் அவ்வளவு காலம் அவர் சொல்லி பல நோயாளிகள் என்னைப்பார்க்க வந்தனர். சென்னையிலி ருக்கும் அரும்பாக்கம் செல்லுங்கள், அங்கே ஒரு வேப்பிலை வைத்தியர் (Margosa Doctor) இருக்கிறார். அவர் நோயைத் தீர்த்து வைப்பார் என்று நோயாளியிடம் அவர் சொல்வது வழக்கமாம்.

காளஹஸ்தியில் உள்ள சுகப்பிரம்ம ஆசிரமத்தில் 65 வயதுள்ள திரு. வித்யாபிரகாசானந்தா என்பவருக்கு வயிற்றில் ஏதோ சங்கடம் ஏற்பட்டது. கோடம்பாக்கத்திலுள்ள பிரபல சிகிச்சை இல்லம் அவரைப் பரிசோதனை செய்து பார்த்துவிட்டு அவரது வயிற்றில் அநேகமாக உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்க கூடிய கட்டி இருக்கலாம் என்றும், திசு ஆய்வு செய்யப்பட வெண்டுமென்றும் ஆலோசனை கூறப்பட்டது. ஆனால் அதற்கு அவர் மறுத்துவிட்டு ஆசிரமத்திற்குத்திரும்பி விட்டார். பிறகு நான் அவரது இடத்திற்கு அழைத்து செல்லப்பட்டேன். பரிசோதனைகளுக்கு அவரது வயிற்றில் பந்து போன்ற மிருதுவான ஒரு பொருளே இருந்ததாகவும் அரு உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக் கூடிய கட்டியல்ல என்றும் அறிந்தேன்! நான் அதை 40 தினங்களில் குணப்படுத்திவிட முடியும் என்றும் அவர்களிடம் கூறினேன். அவரைச் சுற்றி இருந்த சில படித்த மனிதர்களில் அவரது சொந்த சகோதரரும் இருந்தார். அவர் ஹைதராபாத் மருத்துவக் கல்லூரியில் ஊடு கதிர் சிகிச்சைத் துறைக்கு (Department of Radiology) தலைவராகப் பணியாற்றி வருபவர் நான் உறுதிபடக் கூறியதைக் கேட்டதும் அவர்கள் அனைவரும் தங்களுக்குள் சிரித்துக் கொண்டனர்.

நிறுவனரீதியான பயிற்சி பெறாத நான் ஓர் அரைகுறை வைத்தியன் தானே என்பது அவர்கள் எண்ணம். நான் பின்வரும் இந்த மருந்தினை எழுதிக்கொடுத்தேன்.

1. 21 துளசி இலைகளையும் (Holly Basil) 3 மிளகுகளையும் சேர்த்து அரைத்து, சில துளிகள் மோரையும் சேர்த்துப்பசையாக்கிகொண்டு அப்பசையை 4 அல்லது 5 அவுன்சு மோரில் கலந்து காலையில் கொடுத்து வரவும். தினமும் சாப்பிட வேண்டும்.

2. 5 வில்வ இலைகளையும், 3 மிளகுகளையும் சேர்த்து அரைத்து, பசும்பால் கலந்து பசையாக்கி கொண்டு மாலை நேரங்களில் கொடுத்துவரவும். உணவு முறையிலும் கட்டுப்பாடாக இருக்கச் சொன்னேன். அதாவது கஞ்சிபோன்ற திரவ ஆகாரத்தையே கொடுக்குமாறு கூறினேன். அந்நோயாளிக்கு நீரிழிவு வியாதியும் இருந்தது. நான் அவரிடம் ஒரு மூலிகை சூர்ணத்தைக் கொடுத்து அதிலிருந்து கஷாயம் (de-coction) எடுத்து, காலை9 மணி அளவிலும் மாலை 3 மணி அளவிலும் கொடுத்துவரச் சொன்னேன்.

20 தினங்களுக்குப்பிறகு ஆசிரமத்தின் நிர்வாகி என்னிடம் வந்து, சுவாமிஜி அவர்கள் ஜீரணசக்தியிலும் தேக ஆரோக்கியத்திலும் குறிப்பிடத்தக்க அளவிற்கு முன்னேற்றமடைந் திருக்கிறார் என்று தெரிவித்தார்.

40 தினங்களுக்குப்பின் நான் ஆசிரமத்திற்கு சென்று அவரைப் பரிசோதித்துப் பார்த்தேன். 40 தினங்களுக்கு முன் பார்த்தபடி கீழ் வயிற்றுப்பகுதியில் சிறிது கூட எந்தவித மாமிசத்திரட்சியும் (Mass) இல்லை என்பதைக் கண்டேன். ஆனாலும் வில்வ, துளசி இலைகளடங்கிய அந்த மருந்தினை காலவரையரை இல்லாமல் உட் கொள்ளச்சொன்னேன். இந்தச் சம்பவம் 7 வருடங்களுக்கு முன் நடந்தது.

சுவாமிஜி இப்பொழுது சகஜமான ஆரோக்கியத்துடன் இருக்கிறார். நான் நீரிழிவு நோய்க்காக கொடுத்த மூலிகைகளையும் சூர்ணத்தையும் உட்கொண்டு வருகிறார். மூலிகைகளின் சக்தியை

எடுத்துக்காட்டவே நான் இச்சம்பவங்களை இங்கே எடுத்துக்காட்டினேன்.

குழந்தைகள் மருத்துவச்சாலை (Baby Hospital) என்ற பெயரில் தனிப்பட்ட மருத்துவச் சாலைகள் குழந்தைகளுக்காக நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. இங்கு பொதுவாக பெரியவர்களுக்கு கொடுப்பதைப் போன்று பச்சிளம் குழந்தைகளுக்கும் ஊசிகள் போடப்பட்டு மாத்திரைகள் தரப்படுகின்றன. மருந்துகளின் அளவாவது குறைவாக இருக்க வேண்டும்; அதுவுமில்லை இது கண்டிக்கப்படவேண்டிய ஒரு தவறான வழக்கமாகும். ஒரு குழந்தைக்கு ஜுரம் வந்துவிட்டால் மருத்துவ நிர்வாகிகள் அக்குழந்தையின் உடலிலிருந்து இரத்தத்தை எடுப்பதுடன் மற்றும் பல சிகிச்சைகளையும் பெரியவர்களுக்குச் செய்வதைப்போலவே செய்கிறார்கள்.

அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகளிலும் உலகின் மற்ற பகுதிகளிலும் தடைசெய்யப்பட்டதான ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் (Streptomycin) போன்ற ஆண்டிபயாடிக்ஸ் மருந்துகள் கொடுக்கப்படுகின்றன. அதிகமான காய்ச்சல் வேகத்துடன் குழந்தைகள் மருத்துவச் சாலையில் சேர்க்கப்பட்டால், மருத்துவரின் மூளை உடனே அதை மூளைக்காய்ச்சல் என்று எண்ணிவிடுகிறது; அதற்கான சிகிச்சைகளும் தரப்படுகின்றன.

1991 -ம் வருடம் ஆகஸ்ட் மாதம் 3 -ம் தேதி தமிழக அரசின் முன்னாள் கவர்னர் மேதகு பீஷ்மநாரயண சிங் தினமலர் என்னும் இதழில் எழுதியிருந்த கட்டுரையில் நமது நாட்டில் 30 கோடி குழந்தைகள் உள்ளனர் என்றும், அதில் ஆயிரத்திற்கு 68 பேர் வீதம் இறந்து போகிறார்கள் என்றும் குறிப்பிட்டிருந்தார். அதாவது சுமார் இரண்டு கோடி குழந்தைகள் இறக்கிறார்கள். நமது சுகாதாரத்துறையின் (health department) திறமையற்ற தன்மைக்கு இந்த அதிசய சம்பவம் (?) ஓர் உதாரணம் ஆகும். ஆனால் பலவிதமான நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றலை (Immunization) ஏற்படுத்தி, நோய்தடை செய்யும் நடவடிக்கை யாக முத்தடுப்புஊசி (Triple antigen) பி. சி. ஜி.

(B.C.G) முதலியவைகளை தாய்மார்கள் அவர்களது குழந்தைகளுக்குத் தரும்படி பெரிய பெரிய விளம்பரங்களை மட்டும் தவறாமல் செய்கின்றன.

இதற்கும் சித்த ஆயுர் வேத மருத்துவமுறையில் குழந்தைகளுக்கான மருந்துகள் தயாரிக்கும் முறைகள் அடங்கிய "பால வாகடம்" என்ற புத்தகம் உள்ளது. இதில் அடங்கியுள்ள மருந்துக் கலவைகளில் பெரும்பாலானவை மூலிகை உப்புக்களும் கரிம கால்ஷியமும் (Organic Calcium) ஆகும். மருந்தும் குழந்தைகளின் வயதுக்கேற்ப வேளைஅளவு (dose) குறிக்கப்படுகின்றது. இது மிகச் சிறியதே ஆகும். பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில் குழந்தைகளுக்கு எவ்வித மருந்தும் கொடுக்கப்படுவதில்லை. அதற்குப்பதில் பாலூட்டுகின்ற தாய்க்குச் சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டு கடுமையான உணவுக் கட்டுப்பாடு முறைகளும் விதிக்கப்படுகின்றன. இந்த விதமான சிகிச்சைகளினால் குழந்தைகளின் எவ்வித நோய்களையும் குணமாக்கி விடுகிறோம். தாய்ப்பால் உட்கொள்ளாத குழந்தைகள் என்றால், மூலிகை மருந்துகளில் சிறிதளவை வாய்வழி உட்கொள்ளவைத்து உடல் மீது தடவ எண்ணைகளையும் தருகிறோம். 82 வயதான நான், எனது சகோதரர்கள், எனது சகோதரிகள் எல்லோருமே இந்த வழியில் தான் வளர்க்கப்பட்டு இன்றும் ஆரோக்கியம் குறைவில்லாமல் வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிறோம். இது ஏதோ தனிப்பட்ட ஆலோசனை இல்லை. இந்த குழந்தைகளுக்கான மருத்துவச் சாலைகள் ஏற்பட்டு குழந்தைகளைக் கொடுமைப்படுத்தும் சிகிச்சையை ஆரம்பிப்பதற்கு முன்னதாகவே, நமது நாட்டில் இச்சிகிச்சை பரம்பரை பரம்பரையாக வந்து கொண்டிருக்கிறது. முத்தடுப்பு ஊசி (Triple Antigen) போட்டபின்பு கூட, குழந்தைக்கு போலியோ (Polio) வியாதி வருகிறது. இக் குழந்தை மருத்துவச்சாலைக்கு எடுத்துச் செல்லப்பட்டால் அவர்கள் தரும் ஒரே சிகிச்சையானது குழந்தை கை, கால்களை அசைக்க முடியாதபடி கட்டுப் போட்டு விடுவதுதான் (Plasterr of Paris) இதனால் எலும்புகள் விறைப்புத் தன்மையே பெறுகின்றன. இதன் விளைவாக அக்குழந்தை சிகிச்சை முடிந்து வீடு சென்றதும்

கால்களை நீட்டி மடக்க முடியாமல் போய்விடுகிறது. குழந்தைக்கு நடக்கக்கூடிய வயது என்றால், அதற்குத் தாங்கி, தாங்கி நடப்பதற்கு ஏதுவாக செயற்கை முறையில் தயாரிக்கப்பட்ட கருவிகளைக் கொடுத்து அனுப்பி விடுகிறார்கள். இது குறித்து மருத்துவர்களில் பலபேரை அணுகி "ஏன் இப்படிப்பட்ட சிகிச்சை அளிக்கிறீர்கள்? என்ற கேட்டால் அவர்கள் முரட்டுத்தனமாக என்னைக் கேட்க நீங்கள் யார்? மருத்துவக் கலை பற்றி உங்களுக்கு என்ன தெரியும்? என்று எதிர்தாக்குதலாகக் கேட்கிறார்கள். இப்படிப்பட்ட முரட்டுத்தனமான வைத்தியர்களிடம் நாம் நமது குழந்தையை ஒப்படைக்க வேண்டியிருக்கும் நிலை மிகவும் துரதிருஷ்டமானது என்றே சொல்ல வேண்டும்.

இதற்கு வேறு என்ன மாற்று வழி? இந்த மாற்று வழி அரசாங்கத்தின் கையில் தான் இருக்கிறது. அவர்களில் பெரும்பாலோருக்கும் மருந்துகளைப் பற்றியோ மருத்துவத்தைப் பற்றியோ ஒன்றுமே தெரியாது. அலோபதி ஒன்று தான் எல்லாவிதமான நோய்க்கும் நிவாரணமாகக்கூடிய விஞ்ஞான அடிப்படையிலன மருத்துவம் என்ற எண்ணம் ஏற்றப்பட்டு அலோபதி மருத்துவர்களினால் புத்தி மாற்றம் **(Brain wash)** ஆக்கப்பட்டவர்கள் தான் நமது அரசியல்வாதிகள். வெவ்வேறு வகையான மருத்துவமுறைகளைப் பற்றிப்புரிந்து கொள்ளவும் அவைகளைப் பற்றி ஆய்வு செய்யவும் சம்மந்தப்பட்ட அரசு அலுவலர்களுக்கும் நேரமும் இல்லை. அவர்கள் அலோபதி மருத்துவர்களது முரண்பாடான உண்மைகளோடு கூடிய மருத்துவக் கலைச் சொற்களை அப்படியே நம்பி ஏற்கிறார்கள். எனவே அம்மருத்துவர்கள்தான் அவர்களுடன் நெருக்கத்தை வைத்துக்கொள்ள முடிகிறது.

குழந்தைகளில் புட்டப்பகுதியில் **(Buttocks)** ஊசி போடும் பழக்கமுள்ள பல மருத்துவர்களை நான் பார்த்திருக்கிறேன். இதனால் குழந்தைகளுடைய கால்களின் பலமானது உடனடியாகப் பாதிப்புக்குள்ளாகிக் குறைவுபட்ட நிலையடைந்து, அதுவே மருத்துவர்களால் கூறப்படும் போலியோ நோயாக மாறிவிடுகிறது.

அலோபதி மருத்துவர்களின் ஆலோசனைப்படி அக்குழந்தைகளுக்கு முத்தடுப்பு ஊசியும் போடப்பட்டிருந்தும் இந்நிலையா? அப்படிப்பட்ட குழந்தைகளுக்கு மேலே சொன்னபடி கட்டுப்போட்டுவிட்டு (Plaster of Paris) குழந்தைகளுக்கான சிகிச்சை இல்லங்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லும்படி இம்மருத்துவர்கள் அறிவுறுத்துகிறார்கள். இவ்விஷயங்களை அலசி ஆராய்ந்திட மருத்துவர்களும் அரசியல்வாதிகளும் அடங்கிய ஒரு குழு அமைக்கப்பட்டு, அக்குழுவின் பரிந்துரைகள் அரசிற்கு அனுப்படவேண்டும். பரிந்துரைகள் குப்பைக் கூடைக்குப் மட்டும் போகாமல் இருந்தால் சரி.

குழந்தைகளைத் தாக்கக்கூடிய பல்வேறு நோய்களைப் பற்றியும் அவற்றிற்கான பலன் தரக்கூடிய பெரும்பாலும் மூலிகை இனத்தைச் சேர்ந்த சிறந்த மருந்துகளை பற்றியும் நான் எனது புத்தகத்தில் விவரித்துள்ளேன்.

இன்றைய நாட்களில் மருந்துகளானது பிளாஸ்டிக்கினால் செய்யப்பட்ட கொள்கலன்களில் (டப்பாக்கள் அல்லது உறைகளில்) நிரப்பப்பட்டு வருவதைப் பார்க்கிறோம் ஆனால் இந்தப் பிளாஸ்டிக் கொள்கலன்கள் எந்த முறையில் எந்த மூலப் பொருட்களைக் கொண்டு ஆக்கப்பட்டுள்ளன. என்றும் அதிலுள்ள அசுத்தமான மூலப் பொருட்கள் அடைக்கப்பட்டுள்ள மருந்துகளிலும் கலக்கும் வாய்ப்புள்ளது என்றும் அவர்களுக்குத் தெரியாது. விஞ்ஞான ரீதியிலான மருந்துகளை விற்கின்ற மருந்து கம்பெனிகள் இந்த விஷயத்தைப் பற்றி கவலை கொள்வதில்லை. இதைவிட, விற்கப்படும் அம்மருந்துகள் அழகும் அலங்காரமு மானத் தோற்றமுடன் விளங்க வேண்டுமென்பதிலும், உடைபடும் தன்மைகொண்ட கண்ணாடி பாட்டில்களைப் போலல்லாமல் உடைபடாமல் இருக்கக்கூடிய கொள்கலன்களை இருத்தலே நல்லது என்பதிலுமே இவர்கள் அதிக அளவு அக்கறை காட்டி வருகிறார்கள். மிகவும் முக்கியம் வாய்ந்த அம்சம் கொண்ட இவ்விஷயத்தையும் சம்பந்தப்பட்ட அதிகாரிகள் பரிசீலிக்க வேண்டும். சந்தையில் தகுந்த கண்ணாடி பாட்டில்கள் கிடைப்பதில்லையாதலால், சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவர்களும்கூட

இவ்வித பிளாஸ்டிக் கொள்கலன்களையே பயன்படுத்தும் கட்டாய நிலைக்கு ஆளாகிறார்கள்.

மாமேதைகளில் ஒருவரான பெர்னாட்ஷா அவர்கள் மருத்துவர்களிடம் எப்படி நடந்துகொள்ளவேண்டுமென்றும் நாம் இவ்வுலகில் எப்படிப்பட்ட சிறப்பு மிகுந்ததொரு வாழ்வினை அமைத்துக் கொள்ள வேண்டுமென்றும் கூறி நல்ல பல ஆலோசனைகளை நமக்கு வழங்கியிருக்கிறார்கள்.

1. ஒரு - ஏழை உத்தியோகஸ்தனாக இருக்கலாம் ஏழை நிலச் சுவாந்தாரராகவும் இருக்கலாம்; ஆனால் ஏழை மருத்துவர்களைக் காட்டிலும் ஆபத்து விளைவிக்கக் கூடியவர்கள்எவரும் இல்லை.

2. சமூக நலனுக்கு எதிராக சுயநலமிகள் ஆர்வம் கொண்டுள்ளவற்றில் மிகவும் மோசமானது, நோய்வாய்ப்பட்டவர்களிடமும் அவர்கள் கொண்டுள்ள சுயநலம் கலந்த அக்கறையே!

3. நோய்வாய்ப்படுவது என்பது குற்றம் கலந்த ஒன்று என்பதை நினைவில் வையுங்கள். நீங்கள் சிகிச்சைக்காக நாடும் மருத்துவர் ஒவ்வொரு நோயாளியைப்பற்றியும் பொதுச்சுகாதார அதிகாரிக்கு (Public health authority) தெரியப்படுத்தக்கூடியவராக இல்லையென்றால் அம்மருத்துவரை ஒரு துணைக்காக மட்டும் நாடிச் சிகிச்சை பெறுங்கள்.

4. தற்போதுள்ள சிகிச்சையில் ஒவ்வொரு மரணத்தையும், அதை ஒரு தனி விஷயமாகவும் நியாயமாகவும் நடத்தப்படுகின்ற விசாரணை எனவும் எடுத்துக்கொண்டு, நடக்கக்கூடிய ஒரு முடிவாகவே ஏற்றுக்கொள்; இச் சிகிச்சை ஒருவேளை கொலையாளியாகக்கூட இருக்கலாம்; மருத்துவர்கள் மீது, தேவையானால் மருத்துவராக இருந்து அவர் பெயரை மருத்துவ ஏடுகளில் இருந்து அப்புறப்படுத்த வழக்குத் தொடர்;

5. நமது சமுதாயத்தை நல்ல நிலையில் வைத்துக்கொள்ள எத்தனை மருத்துவர்கள் தேவையென்று தீர்மானம் செய்து கொள்; இந்தத் தேவையான எண்ணிக்கைக்கு மேலோ குறைவாகவோ மருத்துவர்களைப் பதிவு செய்து கொள்ளாதே; பொது நிதியிலிருந்து சம்பளம் பெறுகின்ற மதிப்புடன் வாழக்கூடிய ஒரு சமூகத் தொண்டன் என்ற மருத்துவப்பதிவு அவரைக் குறிப்பிட்டு தேர்வு செய்யட்டும்

6. தனிப்பட்ட முறையில் தண்டனையை நிறை வேற்றுகின்ற ஒருவனிடம் நீ நடந்துக் கொள்வது போல் தனிப்பட்ட சிகிச்சை மேற்கொண்டிருக்கும் ஒரு மருத்துவரிடமும் நடந்துகொள்.

7. நீ ஜோதிடம் கூறுபவனை நடத்துவதைப் போன்று, நோயாளிகளைப் குணமாக்கும் வல்லமை கொண்ட மருத்துவர்களையும் நடத்து.

8. மருத்துவர்களுக்கு அல்லது அவரது குடும்ப நண்பர்களுக்கு வந்துள்ள அனைத்து நோய்களைப் பற்றியும் தனிப்பட்டவர்களது (நோயாளிகள் விவரங்களைப் பற்றியும்) பிரத்யேக புள்ளிவிவரக் கணக்குகளையும் அறிவிப்புகளையும் பொது மக்களுக்குத் தெரியச் செய்.

9. ஒரு மருத்துவர் தனது தகுதி குறிக்கும் எழுத்துக்கள் உட்பட நினைவு படுத்திக் கொள்வன்; நானும் இறக்ககூடியவை என்ற சொற்றொடர்களையும் கூட ஒரு பித்தளைத் தகட்டில் பொறித்து மாட்டுவதை கட்டாயப் பழக்கமாக்கு;

10. உபயோகமற்றவர்கள், அதாவது தங்களைத் தங்களது உழைப்பினாலேயே காப்பாற்றிக் கொண்டு வாழ இயலாதவர்கள், மற்றவர்களது உழைப்பைக் கொண்டு வாழ்வது பகுத்தறிவிற்கு அப்பாற்பட்டது ஆகும். என்பதான கொள்கையே சட்டம் இயற்றுவதிலும், சமூக நிறுவனங்களிலும் பின்பற்றப்படட்டும்.

கண்ணெதிரில் நீரில் மூழ்கிவிட்ட ஒரு மனிதனைக் காப்பாற்றும் பொருட்டு வரவழைக்கப்பட்ட மிகவும் சுறுசுறுப்புள்ள ஒரு போலிஸ்காரரோ மருத்துவரோ அம்மனிதனுக்கு செயற்கை முறை சுவாசம் உண்டாக்கும் முயற்சிகளைத் தொடங்கி பின்பு அவ்வுடல் அழுகும் நிலையை அடைவதற்கு முன் தருணத்திலும் அடுத்த 5 நிமிடங்களுக்கு இந்தப் பயிற்சி தொடரப்பட்டால் மூழ்கியவனுக்கு சுய நினைவு வரமுடியும் (எத் தருணத்திலும், ஒரு போதும் தெரிவிக்க இயலாததாய் இருப்பினும் அம்முயற்சியை விட்டு விடுவதிலும் அர்த்தமிருக்கிறது) ஒவ்வொரு தனி மனிதனின் உயிரும் எல்லையற்ற மதிப்புள்ளதாகும் என்ற கொள்கையானது சட்டரீதியாக நடைமுறைக்கேற்றதல்ல. அறிவுபூர்வமான சமூக அமைப்பினால் ஒரு மனிதனுக்கு அவன் ஆயுளை அதிகரிக்கச் செய்து தருகிறோம் என்பதில் சந்தேகமில்லை. அதனால் சமூகமே அவருடைய வாழ்க்கையால் பலனுறுகிறது; கூடவே ஏதாவது தற்காலிக அபாயத்திற்கோ முடமாக்கும் நிலைக்கோ அவரை உட்படுத்தவும் நாமே காரணமாகிறோம். ஆனால் ஒருவனது தகுதிக்கு மேலும் செலவழிக்கவேண்டிய சூழ்நிலையிலுள்ள மனிதனுக்கு இணக்கமில்லாத வகையில் நல்ல பொருளாதார நிலையுடன் நல்ல சுகாதாரமும் கிடைத்து விடுகின்றன.

11. என்றென்றும் அழிவில்லாமல் உயிரோடு வாழ முயற்சிக்காதே!. தோல்வியடைவாய்.

12. உடல் ஆரோக்கியத்தை அது அழிவுறும் நிலையென்ற போதும் அதற்குரிய பலன்களைப் பெறும் வகையில் அனுபவித்து விடு!

13. நன்றாகப் பிறப்பதற்காகவும் நன்றாக வளர்க்கப் படுவதற்காகவும் நிறைந்த கவனம் எடுத்துக்கொள்; இதன் பொருள் உனது தாய்க்கு நிச்சயம் ஒரு நல்ல

மருத்துவர் தேவை என்பது தான். சத்துணவு தேவை, பற்கள், கண்பார்வை போன்று உனக்கு முக்கியமானதாக உள்ள பிறவற்றையும் கவனித்து அளிக்கவல்ல பள்ளிக்கூட மருந்து இல்லம் என்று குறிப்பிட்டு சொல்லக்கூடிய வகையில் மருந்து இல்லம் அமைக்கப்பட்ட பள்ளிக் கூடத்திற்கே செல். தேசத்துடைய செலவிலேயே இவை அனைத்தையும் பெற்றிடுவதில் மிகவும் எச்சரிக்கை யாயிரு. இல்லையெனில் ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் அச்சிலவுகளை செய்வதால் உண்டாகும் பயன்களைப் பெறும் தேவை உனக்கிருந்தால் கூட அப்போது அச்சிலவுகளை நீ ஏற்றுக் கொண்டால், மற்ற 40 சந்தர்ப்பங்களில் எதுவுமே நடைபெறாமல் போய்விடும். இப்படிச் செய்யவில்லையென்றால் பல மக்கள் இப்பொழுது வாழ்ந்துகொண்டு இருப்பதைப் போல்தான் நீயும் இருப்பாய்! உண்மைக்கு இடமற்ற ஒரு நாட்டில் வெட்கப்படும் உணர்ச்சியற்ற அல்லது அதைப்பற்றி மனவருத்தம் கொள்ளாத ஒருஉண்மையுள்ள மனிதனாக நீ மாறிவிடுவாய்!

இன்றுள்ள ஒரு மருத்துவர் என்பவர் உங்களது எல்லா நோய்களையும் குணமாக்கிவிடுவார் என்று நம்பிவிடாதே ஏனெனில் அவர் சோதனையும் தவறுகளும் நிறைந்த ஒரு படுக்கையில் படுத்துக்கொண்டிருக்கிறார். ஒரு மருத்துவர் உங்கள் நோய்க்குப் பத்துவித மருந்துகளை எழுதிக் கொடுத்தால், அவர் உங்கள் வியாதியை சரியாக இனம் கண்டு கொள்ளவில்லை என்பதை தெரிந்துக் கொள்ளுங்கள். அஜீரணம் போன்ற அற்ப அசௌகரியங்களுக்குகூட, ஏழு அல்லது பத்து வகை மருந்துகளை மணிக்கொருமுறை ஒன்றன்பின்ஒன்றாக விழுங்கச் சொல்கின்ற மருத்துவர்களையும் நான் நன்றாக பார்த்திருக்கிறேன். இம் மருந்துகள் நிச்சயம் நோயைக் குணப்படுத்துவதில்லை. அதே நோய்க்காக நீ வேறு ஒரு மருத்துவரை நாடிச் சென்றால், வேறுவிதமான ஆறு வகைமருந்துகளுக்குக் குறையாமல் அவர் மருந்துச் சீட்டுஎழுதித் தருவார்.

இந்த மருந்துகள் தாங்க முடியாத வயிற்று வலியினையும் உஷ்ணத்தையும் (Temperature) உண்டாக்கக் கூடியவை. இவரை விடுத்து நீ மூன்றாவதாக ஒரு மருத்துவரை நாடிச்சென்றால் அவர் உன்னை ஒரு ரண சிகிச்சை வைத்தியரிடம் அனுப்பிவிடுவார். ரண சிகிச்சை வைத்தியரோ, வயிற்றை அறுத்துத் திறந்து பார்த்துத்தான் உள்ளேயுள்ள நோயினைக் கண்டறிய வேண்டும் என்று கூறிவிடுவார் சம்மதித்தால், அந்த இரண சிகிச்சை வைத்தியர் வயிற்றை அறுத்துத் திறந்து உள்ளே ஒரு தசைத்திரள் (mass) இருந்ததாகவும் அவர் அதை அறுத்து அப்புறப்படுத்திவிட்டதாகவும் நோயாளியிடமும் அவரது உறவினர்களிடமும் கூறிவிடுவார். அவர் ஒரு தசைத் துண்டைக்கூட உங்களுக்குக் காண்பித்து, பெருங்குடல் பகுதியிலோ அல்லது வயிற்றிலோ அது இருந்ததாகக் கூறிவிடுவார். சில நாட்களுக்குப் பின் எந்த வித நிவாரணமும் கிடைக்கக்காதபடியால் நோயாளி மறுபடியும் அதே ரணசிகிச்சை வைத்தியரிடம் செல்வார். வைத்தியர், நோய்க்கான தொடர்ந்த சிகிச்சைககாக புற்றுநோய்க் கழகத்திற்கு (cancer institute) நோயாளியை அனுப்பிவிடுவார். இப்படி இங்கும் அங்குமாக நோயாளி அலைக்கழிக்கப்பட்டு, இறுதியில் மரணக் குழிக்குத் தள்ளப்பட்டுவிடுவவார். இவ்வித சிகிச்சை உலகளாவியதாக இருக்கிறது என்ற அர்த்தத்தில் நான் குறிப்பிடவில்லை.

மிகப்பெரிய அறிஞரான பாரசீல்சஸ் (Paracelsus)எல்லாவித நோய்களுக்கும் பொதுவான நிவாரணம் ஒன்றைக் கண்டு பிடித்துள்ளார். இது அமுதம் அல்லது காயகல்பம் என்ற பெயரால் அழைக்கப்படுகிறது. ஒவ்வொரு மருத்துவரும் அவர் தனது மருத்துவத் தொழிலைத் துவங்குவதற்கு முன்பும் தொடங்கிய பிறகும் பாரசீல்சஸ்ஸின் கருத்துக்களைப் படித்து அந்த அமுதம் அல்லது காயகல்பம் என்ன என்பதைத் தெரிந்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். வழக்கமாகச் சொல்லப்படும் மருத்துவர் தங்களுக்குத் தாங்களே நோய் தீர்த்துக்கொள்வர் என்பதற்கிணங்க ஒரு மருத்துவர் கட்டாயமாக எந்த வியாதியின் பிடிக்கும் அகப்படாமல் நோயற்று இருக்கக் கற்றுக்

கொள்ளவேண்டும். ஆனால் இம் மருத்துவரது குடும்பத்திலேயே பல நோயாளிகளிருப்பதையும், அவரது சிகிச்சை இல்லத்தில் நோயாளிகளை கவனிப்பதற்காக மருத்துவக் கருவிகள் வைத்திருந்தும், தன் குடும்பத்தினரிடம் உள்ள அந்நோய்களை அம்மருத்துனரால் குணப்படுத்த முடியாமல் இருக்கின்ற நிலையையும் தான் நாம் காண்கிறோம். வயதிற்குமேல் உயிர் வாழ்ந்துவரும் மருத்துவர்கள் எத்தனைபேர் இருக்கிறார்கள் என்ற ஒரு கணக்கு எடுத்தால் ஒன்று அல்லது இரண்டு மருத்துவர்களே நமக்குக் கிடைப்பர். அப்படிப்பட்ட மருத்துவர்களால் உங்களை நீண்ட நாள் வாழ்விக்க இயலும் என்று நீங்கள் எப்படி எதிர்பார்க்கமுடியும்? எனவேதான் பெர்னாட்ஷா அவர்கள் நீங்கள் நோயுற்றபோது பின்பற்ற வேண்டிய அறிவுரைகளைத் தொகுத்துத் தந்திருக்கிறார்!

பல்கலைக் கழகத்திலிருந்து (Alma mater) ஒரு மருத்துவர் படித்துப் பட்டம் பெற்றதற்கான சான்றிதழுகளுடன் வெளியே வந்ததும், ஒவ்வொரு மருத்துவம் பயிலும் மாணவனும், அவன் தன்னை நாடும் இரங்கத்தக்க நோயாளிகளைக் குணப்படுத்த விரும்பினால், முதலில் பரந்த அறிவுடன் திறமைசாலியாக விளங்கும் மருத்துவரிடம் (Physician) பயிற்சி பெற்றுக் கொள்ளவேண்டும். இவ்விதமின்றி அம் மாணவன் சுயமாகவே மருத்துவப்பணி தொடங்கி நடத்தினால் அவனுக்குத் தொழிலில் குழப்பங்களே மிஞ்சும். அவனிடம் வரும் நோயாளிகளுக்கும் புதுப்புது நோய்கள் மாறிமாறி வர இடமாகும். இது நம் நாட்டு எளிய மக்களுக்கு செய்யப்படும் மிகப்பெரிய பிரதிகூலமாகும். ஒரு நோயாளியின் வாழ்வா? மரணமா? என்ற போராட்டத்தின் நடுவே ஒரு மருத்துவர் சோதனைகள் செய்து பார்த்துதவறுகளைத் திருத்திக் கொள்வது போன்ற சிகிச்சைகளை செய்ய முயலக்கூடாது. புகழ் பெற்ற சிந்தனையாளர் ஜான்சன் 'அயோக்கியர்களுக்குக் கடைசியான புகலிடமாயிருப்பது தான் அரசியல்' என்று சொல்லியுள்ளதுபோல் நமது அரசியல் வாதிகளில் பெரும்பாலானவர்கள் நமது மக்களின் ஆரோக்கியத்தைப் பற்றி சிந்தித்துப் பார்ப்பதில்லை. நமது

நாட்டுப் பொருளாதார நிலையால் ஏற்க முடியாதவகையில் பலகோடி ரூபாய் செலவில் மருத்துவக் கல்லூரிகளையும் கல்லூரிகளையும் திறந்து வைப்பதில் தான் அவர்கள் பெருமைப்படுகிறார்கள்.

மனித உடலிலிருந்து அவயங்களைத் திருடுகின்ற கொடுமை

இந்தியாவின் பெருநகரங்களில் முக்கியமாக பாம்பேயில் இவ்விஷயம் பற்றி பொதுமக்களால் மிகப்பிரபலமாகப் பேசப்பட்டு வருகிறது. சில சம்பவங்களும் தினச் செய்தித் தாள்களில் வெளிவந்துள்ளன. ஏழை எளிய ஆதரவற்ற மக்கள் கடத்தப்பட்டு தனியார் மருத்துவச் சாலைகளில் சேர்க்கப்படுகிறார்கள். இங்கு அவர்களுக்குச் சக்தி வாய்ந்த உணர்வகற்றும் மருந்து **(anesthesia)** தரப்பட்டு அவர்களது சிறுநீரகம், கண்கள், இரத்தம் ஆகியவை அவர்கள் உடலிலிருந்து எடுக்கப்படுகின்றனவாம். இந்த உடல் உறுப்புகள் அராபிய நாடுகளுக்கும் நமது சொந்த நாட்டிலேயே மனச்சாட்சியற்ற மருத்துவர்களுக்கும் பல லட்சக்கணக்கான ரூபாய் விலைக்கு விற்கப்படுகின்றன. அநேகமாக மருத்துவர்களின் இவ்விதச் செயல்களினால் நமது நாட்டில் பிச்சைக்காரர்களின் எண்ணிக்கை குறைந்திருக்க வேண்டும். பெரியதாக எண்ணப்படும் மருத்துவ விஞ்ஞானத்தின்முன்னேற்றம் இது போன்ற பெரும் அபாயங்களையே விளைவித்துள்ளது. இந்த அக்கிரமத்துக்கு எதிரான நடவடிக்கைகளை எடுக்காமல் உள்ள அரசாங்கத்தின் செயலற்ற தன்மை வருந்தத்தக்கதாகும். விஞ்ஞானத்தின் பெயரைச் சொல்லிக்கொண்டு இது போன்ற பயங்கரமான காரியங்களில் ஈடுபட எந்த மருத்துவருக்கும் உரிமை கிடையாது. இந்த அயோக்கியத்தனமான செயல்களை புலனாய்வு செய்து சம்மந்தப்பட்டவர்களை நீதிமன்றத்தில் வழக்குத் தொடர, மத்திய புலனாய்வுத் துறையினர் (Central Bureau of Investigation) ஒரு குழுவை நியமிக்க வேண்டும்.

அலோபதி ஒரு விஞ்ஞான முறையல்ல!

விஞ்ஞானம் தவறே இல்லாத ஒன்றல்ல; ஒருவிதமான கோட்பாடு (Theory) உருவாக்கப்பட்டால், அது எப்பொழுதும் நிரந்தரமான ஒன்றாக இருக்க வேண்டும். விஞ்ஞானிகளின் மாறுந்தன்மைக்கேற்ப கோட்பாடுகளும் மாறக்கூடியதாக இருக்கக்கூடாது. ஆனால் நடப்பதோவேறு! உதாரணமாக ஜே. ஜே. தாம்சன் (J.J. Thomson) எனும் பிரிட்டிஷ் நாட்டு விஞ்ஞானி அணுவின் கட்டமைப்பு (Structure) பற்றி 1893-ல் ஓர் அணு மாதிரியை உருவாக்கினார். அதன்படி ஓர் அணுவில் அதன் உடல்பரப்பு முழுவதும் ஒரே மாதிரியாகப் பரவி நிறைந்துள்ள உடன்பாட்டுச் சக்தியேற்றப்பட்ட பொருளே (Positively charged substance) நிறைந்துள்ளது. எதிர்மறையான எலக்ரான்கள் (Electrons) மூலம் பழத்திலுள்ள விதைகள் பரவியுள்ள தன்மை போல், இந்த இடைவெளியற்ற உடன் பாட்டுச் சக்தியுடனே பின்னிப் பிணைந்துள்ளது. அவர் வாழ்ந்த நூற்றாண்டில் இந்தக் கோட்பாடு சரியானதே என்று நம்பப்பட்டது. பின் 1911-ல் ருதர்போர்டு (RutherFord) எனும் மற்றொரு பிரிட்டிஷ்விஞ்ஞானி மற்றொருவிதமான அணு மாதிரியை (Atomic Model) உண்டாக்கினார். ஒரு மெல்லிய உலோகத்தாலான தகட்டினாலாகிச் சிதறடிக்கப்பட்ட துகள்களின் அடிப்படையில் இம்மாதிரி இருந்தது. இவரது கருத்துப்படி ஓர் அணுவென்பது மாபெரும் உடன்பாட்டு சக்தி நிறைந்த பகுதியைத் தனக்கு மத்தியிலே கொண்டிருப்பது என்பதாகும். இந்த மையப்பகுதி 'நியூக்ளியஸ்' என்றழைக்கப்படுகிறது. நியூக்ளியஸ் அடைக்கப்பட்டிருக்கும் இடமானது அந்த அணுவின் முழு கன பரிமாணத்தில் ஒரு நுண்ணிய அளவு பகுதியேயாகும். இதில் நிறைந்த அளவிற்கு வெற்றிடம் உள்ளது. எலக்ட்ரான்கள் இந்த நியூக்ளியஸைச் சுற்றிலும் முழு வேகத்துடன் சுழல்கின்றன. அன்று இதுவே சரியானதொரு மாதிரி அணுவாக நம்பி ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டது. 1913-ல் நெய்ல்ஸ் போஹர் (Neils Bohr) என்பவர் பிளாங்க்கின் கொள்ளளவு கோட்பாட்டை (Planks Quantum Theory) அடிப்படையில் ஒரு புதிய மாதிரி

அணுவினை உண்டாக்கினார். இது இதற்கு முன்பிருந்த மாதிரியில் நியூக்ளியஸ் இருந்த இடத்தைப் பற்றிய கோட்பாட்டைத் தவிர மற்றவை சரியான வையல்ல என்றும் கூறியது. இந்தப் புதிய கோட்பாட்டின்படி எதிர்மறையாக்கப்பட்ட எலெக்ட்ரான்கள் நியூக்ளியஸிலிருந்து திட்டவட்டமான தூரத்தில் (கே. எல். எம் ஷெல்கள்) நிறுத்தப்பட்டவையாயும் திட்டவட்டமான வேகம் கொண்டவைகளாகவும் நியூக்ளியஸைச் சுற்றி ஒரே மையம் கொண்ட வட்டங்களாக சுழல்கின்றன. ஒரு எலக்ட்ரான் ஒரு நிலையிலிருந்து இன்னொரு நிலைக்கு இடம் மாறும் பொழுதுதான் ஓர் அணுவினால் சக்தியானது வெளியேற்றப்படுகிறது அல்லது உள்ளே இழுத்துக் கொள்ளப்படுகிறது. நியூக்ளியஸைச் சுற்றி சுழன்று வருகின்ற ஓர் எலக்ட்ரான் எடுத்துக் கொள்ளும் காலநொடிகளும் துல்லியமாக அளவிடப்பட்டுள்ளன. பிற்சமயம் 1915-ல் சோமர்ஃபீல்டு என்பவர் அணுவைப் பற்றி கபாஹர் வெளியிட்டிருந்த கோட்பாட்டை இன்னும் விரிவாக்கிக் காண்பித்தார். அதாவது மையத்தில் உள்ள உடன்பாட்டு சக்தியேற்றப்பட்ட நியூக்ளியஸைச் சுற்றி சுழலுகின்ற எலக்ட்ரான்கள், நியூக்ளியஸைசக்தியால் கவரப்பட்டு, முட்டைவடிவத்தினாலான சுற்றுக்களாகி நியூக்ளியஸைஏதாவது ஒரு மையத்தில் நிலை நிறுத்தி சுற்றுகின்றன. இந்த கோட்பாடுகள் ஓர் எலக்ட்ரானுக்கும் அதிகமாக அடங்கி உள்ள அணுக்களின் தோற்றத்தைப் பற்றிய கணக்குகளின் அடிப்படையில் மிகச் சரியாக விவரிக்கவில்லையென்றாலும், அப்பொழுது வாழ்ந்த மக்களின் அந்தக் கோட்பாடுகளேச் சரியானவை என்று நம்பயிருந்தனர். பிறகு மாக்ஸ் பிளாங்க் (Max Planck) உஹலென்பெக் கௌட்ஸ்மித் (Uhelen beck Goudsmit) பாவ்லி (Pauli) லாண்டே (Lande) ஸ்டெர்ன் (stern) ஜெர்லாக் (Gerlach) போன்ற விஞ்ஞானிகள் வெளியிட்ட சில புதிய கருத்துக்களின் அடிப்படையில் வெக்டர் அணு மாதிரிஉரு (Vector Atom Model) என்ற ஒன்றை அறிமுகப்படுத்தினார்கள். இன்று மக்களால் படித்தறியப்பட்டு வருகின்ற அணுவின் மாதிரிஉரு இது தான். இதுவே அன்றைய காலகட்டத்தில் சரியானதாக

ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. அடுத்த நூற்றாண்டில் இது எவ்வகை மாற்றத்திற்குட்படும் என்று நமக்குத் தெரியாது.

அலோபதி மருத்துவ முறையிலும் இது போன்ற முரண்பாடுள்ள வித்தியாசமான கோட்பாடுகளும் மருத்துவ நிலவி வருகின்ற இதனாலே அலோபதி மருத்துவமானது தவறுதலுக்கிடமளிக்காத விஞ்ஞானம் ஆகாது என்பது மிகவும் தெள்ளத் தெளிவாகிறது.

இதைப்பற்றி அறியாத அலோபதி மருத்துவர்கள் மற்ற வகை மருத்துவ முறைகளை விஞ்ஞான ரீதியிலடங்காதவை என்று ஏளனம் செய்கின்றனர். அவர்களின் அறியாமையை கண்டு நாம் இரக்கப்படவேண்டும். பலநூற்றாண்டுகளுக்கு முன்பே இந்திய நாட்டு வைத்தியமுறைகளைப்பற்றிய சித்த, ஆயுர் வேத நூல்களில் வரையறை செய்யப்பட்ட மருந்துகள் இன்றும் மாறாத உண்மைகளாக இருக்கின்றன. உதாரணமாக, இம் மருந்துகளில் பெரும்பாலானவை நமது கடவுள்களது பெயர்களோடு கூடியவையாக ஆறுமுக செந்தூரம், சிவனார் வேம்பு பஸ்பம், சிவனார் அமிர்தம், பிரம்ம சூரணம்என்று அழைக்கப்படுகின்றன. பெரும்பாலான உயர்தர மருந்துகளுக்கு முடிவு தேதியே (Expiry date) கிடையாது. உண்மையில் சில மருந்து வகைகள் அவைகள் தயாரிக்கப்பட்ட சில மாதங்களுக்கு உபயோகப்படுத்தக்கூடாதவையாக தடைசெய்யப்பட்டு விடுகின்றன. அதன் பிறகு அவைகளின் ஆயுட் காலம் பற்றிய கவலையேயன்றி அவைகளைப் பலவருடங்கள் வைத்திருக்கலாம்.

இந்திய நாட்டு மருந்துகள் மேலும் ஆராய்ச்சி செய்யப்படவேண்டிய அவசியமில்லை என்பதை அறியாமல் பல வருடங்களுக்குச் முன்னால் மத்திய அரசு இந்திய நாட்டு மருத்துவத்திற்கான பல ஆராய்ச்சி மையங்களைத் (Research centres) துவக்கி வைத்தன. அலோபதி மருந்துகள் சம்பந்தமாக செய்யப்பட்டுள்ளது போல் இந்திய நாட்டு மருந்துகளையும் ஆராய்ச்சி செய்து பலன் தரக்கூடிய (புதிய) எந்த மருந்தினையும் இந்த ஆராய்ச்சி மையத்தினால் கண்டு பிடிக்க இயலாது.

அறிஞர் பாராசில்சஸ் (Paraceisus) ஒவ்வொரு பொருளிலும் உப்பு, சுந்தகம், பாதரசம் அடங்கியுள்ளன என்கிறார். ஆவியாகக்கூடியது பாதரசம். எரியக் கூடியது கந்தகம்; நிலைக்கக்கூடியது உப்பு. இந்த பொருள்களையெல்லாம் தனித்தனியே பிரித்து வைத்துக்கொள்ளப்பட்டு நோயின் தன்மைக்கேற்ப தரப்பட வேண்டும். குணமாக்கயியலாத நோய் என்று எதுவும்கிடையாது. இதுவே உயர் அமிர்தம் (காயகல்பம்) (Life elixir)

நீங்கள் மூலிகை என நினைக்கின்ற ஒன்றை எரித்தால், அதில் கந்தகமும், பாதரசமும் அழிந்து உப்பு மட்டும் எஞ்சும் இந்த உப்பின் சில நோய்களை குணமாக்க பயன்படுத்திகொள்ளலாம். இந்த மூன்றும் சேர்ந்த கூட்டுப்பொருளை ஒரு மாணவன் ஒன்று சேர்க்க முடியுமானால் மனிதர்களுக்கு வரும் எல்லா நோய்களையும் அவனால் குணமாக்கிவிட முடியும். அவ்விதமே விலங்கினங்களுக்கு வரும் நோய்களையும் குணபடுத்திவிட முடியும். இதற்குத் தான் உயிர் அமிர்தம் (காயகல்பம்) என்று பெயர். இந்த அமிர்தத்தினால் அடிப்படையிலான உலோகங்களை தங்கமாக மாற்றிவிட முடியும். சந்தகம் பிரித்து எடுக்கப்பட வேண்டும் என்றால் அவ்விதம் செய்யும் போது எச்சரிக்கையுடனும் நிதானத்துடனும் நெருப்பை பயன்படுத்த வேண்டும் என்றும் பாதரசம் வேண்டும் என்றால் ஏற்கனவே செல்லியபடி மிதமான நெருப்பில் அதைக் காய்ச்சி வடிக்க வேண்டும்

400 வருடங்களுக்கு முன்பு வாழ்ந்த பாரசில்ஸஸ், அலோபதி மருத்துவர்களை எதற்கும் உதவாதவர்கள் என நிந்தித்தார். எனவே இந்த மருத்துவர்கள் பாரசில்ஸஸ்ஸை அரைகுறை வைத்தியன் என்றும் முட்டாள் என்றும் நிந்தனை செய்ததில் வியப்பில்லை. உண்மையில் அவர் நாட்டைவிட்டு நாடாக துரத்தியடிக்கப்பட்டார். இந்த நூலின் ஆசிரியன் நானும் கூட அரைகுறை வைத்தியன் என்றும் விஞ்ஞானமறியாதவன் என்றும் குறிப்பிடப்படக்கூடும் என நினைக்கிறேன்.

நாட்டு மருந்துகளை நடைமுறைப்படுத்தவும் அயல்நாட்டுச் செலவாணியைக் கட்டுப்படுத்தவும் சில வழிகள்

ஐம்பது வருடங்களுக்கு முன்பு நமது தாய்மார்கள் மூலிகைகளில் பலவற்றையும் அறிந்து, அவற்றைக்கொண்டு அவர்களது குழந்தைகளின் நோய்களைக் குணமாக்கவும் தெரிந்து வைத்திருந்தார்கள். அப்போது தாலுக்காவிற்கு ஒன்று என்று ஒரு மருத்துவச் சாலை இருக்கும்; பட்டணங்களிலும் கிராமங்களிலும் மருத்துவர்கள் கிடையாது; பொருள் கெடாதிருக்கப் பாதுகாப்புத் தன்மைகளோடு தயார் செய்துத்தரப்பட்ட பால்தூள் மற்றும் டானிக்குகள் இப்பொழுது வீட்டில் சர்வ சாதாரணமாக உபயோகத்திலிருந்து வருவதுபோல, அப்பொழுது இல்லை; தாய்மார்களிடத்தும் தங்கள் குழந்தைகளுக்குப் பாலூட்ட நிறைந்த அளவு பால் இருந்தது, இதில் ஏதாவது குறைகள் இருந்தால் அவர்கள் தங்கள் மார்பகத்தில் இருந்து சுரக்கும் பாலுணவின் அளவினை அதிகரிக்க, மூலிகைகளை உட்கொள்வார்கள். சில புத்தகங்களிலும், தினச் செய்தித்தாள்களிலும் நான் இத்தகைய மருந்துகளைப் பற்றி எழுதியிருக்கிறேன். அலோபதி மருத்துவர்களோ நமது நாட்டு மூலிகைமருத்துவர்களையே ஏளனம் செய்து வருகின்றனர். இதனுடன், இந்த நாட்டு மருந்துகளைப் பயன்படுத்த வேண்டாம் என்று குழந்தைகளைப் பெற்ற தாய்மார்களிடம் எச்சரிக்கை செய்துள்ளார்கள்.

சுமார் பத்து வருடங்களுக்கு முன்னால் தாய்மார்கள் குழந்தைகளுக்குத் தாய்ப்பால் கொடுக்க வேண்டாம் என்று அன்று வாழ்ந்த மருத்துவர்கள் தாய்மார்களுக்கு அறிவுரை கூறி வந்துள்ளார்கள். இது அன்று அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகளிலும் பிரச்சாரம் செய்யப்பட்டு வந்தது. இன்று அதே அமெரிக்கர்கள் குழந்தைகளுக்கு தாய்ப்பாலை தரும்படி வீட்டுக்கு வீடு சென்று பிரச்சாரம் செய்து வருகிறார்கள். அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகள் காட்டி வரும் அதே அடிச்சுவட்டைப் பின்பற்றி

வரும் நமது மருத்துவர்களும் நம் இந்தியத் தாய்மார்களைப் பார்த்து பழையபடியே குழந்தைகளுக்குத் தாய்ப்பாலையே தரும்படி கேட்டுக்கொள்கிறார்கள். நான் ஏற்கெனவே சொல்லியபடி நம் நாட்டிலுள்ள மிகவும் விலைமதிக்கத்தக்க மூலிகைகளால், தொழுநோய் உட்பட நாட்பட்ட நோய் களையும் குணமாக்கிவிட முடியும். தொழுநோய் சிகிச்சைக்கான மருத்துவ மையங்கள் இங்கு அலோபதி மருத்துவர்களால் நடத்தப்பட்டு வருகின்றன. ஆனால் இன்றுவரை இந்நோய் பூண்டோடு அழிக்கப்படவில்லை. உதாரணத்துக்கு எனது சொந்த கிராமத்தில் 120 வீடுகள் உள்ளன. இதன் ஜனத்தொகை 1750 இங்கு பெண் நோயாளிகள் உட்பட எட்டு தொழுநோயாளிகள் இருக்கிறார்கள். அலோபதி மருத்துவர்கள் இவர்களுக்கு கூடைக்கணக்காக அளித்துள்ள மாத்திரை மருந்துகளை இவர்கள் உட்கொண்டு வருகிறார்கள். ஆனால் ஒரு நோயாளியிடமும் கூட பரிபூரண நோய் நிவாரணம் தெரியவில்லை. நோயாளிகளில் சிலருக்கு விரல்கள் போய்விட்டிருந்தன. நிலைமை இப்படி இருக்க, தொழுநோயைக் குணப்படுத்த முடியும் என்று தொலைக்காட்சியிலும், விளம்பரப் பலகைகளிலும் உரத்த குரலிலும் கவர்ச்சியாகவும் விளம்பரங்கள் செய்யப்பட்டுவருகின்றன. அரசாங்கம் இந்த விஷயத்தில் ஆழ்ந்த கவனம் செலுத்தி, ஏழ்மை நிறைந்த நம் மக்களது சுரிப்பணம் இப்படி வீணாவதைத் தடுத்து நிறுத்த வேண்டும்.

மருத்துவத் குணத்தோடு கூடிய மரங்களைநட்டு வளர்ப்பதற்குப்பதிலாக காட்டிலாக்கா துறையினர் மிக அதிகச் செலவு செய்து வெள்ளாடுகளுக்குகூட பயன் அற்ற முள்மரங்களையே நட்டு வளர்க்கிறார்கள், அரசு இதைத் தவிர்க்க சித்த ஆயுர்வேத மருத்துவர்கள் அடங்கிய ஒரு குழுவை நியமித்து மருத்துவகுணம் நிறைந்த மூலிகைகள், மரங்கள் செடிகள், கொடிகள் இவற்றின் அட்டவணை ஒன்றைத் தயார் செய்யச் சொல்லவேண்டும். சித்த யுனானி வைத்தியம் உட்பட ஆயுர்வேத வைத்தியமுறைகளை அபிவிருத்தி செய்யும் நோக்கத்துடன் தனிப்பட்ட ஒரு செயலாளர் நியமிக்கப்பட வேண்டும். யூகலிப்டஸ் (Eucalyptus) போன்ற மரவகைகள்

300 அடி ஆழத்திலிருந்து பூமியடி தண்ணீரைத் உறிஞ்சி விடக்கூடியது. ஏழைக்குடியானவர்கள் பயிரிட்டு வரும் நிலங்களின் ஓரமாக உள்ள புறம்போக்கு நிலங்களில் இம்மரங்கள் நடப்பட்டு வருகின்றன. பெரிய தொழிலதிபர்களின் மேலேயே அவர்கள் கவனம் வைத்திருப்பதால் இது போன்ற விஷயங்களில் கவனம் செலுத்த அரசாங்கத்திற்குப் போதிய நேரமில்லை. தொழில் வளத்தினை பெருக்க வேண்டியது தான். ஆனால் விவசாயத்தை அழித்து விட்டு அல்ல; ஒவ்வொரு குடும்பமும் தங்கள் வருமானத்தில் 20 சதவிகிதத்தை மருத்துவர்களுக்காகவும் மருந்துகளுக்காகவும் செலவழிக்கிறார்கள் என்பது என் கணிப்பு. இதற்கெல்லாம் ஒரே வழி நான் முன்பே சொன்னது போல் மருத்துவகுணமுள்ள மூலிகைகளையும் மரங்களையும் நட்டு வளர்த்து அதன் மூலம் பெரும் எண்ணிக்கை அளவிலான மூலிகை மருந்துகளை உற்பத்தி செய்வதுதான்!

மூலிகைகளின் சக்தியை (efficiency) பற்றி நம் நாட்டு மக்களுக்கு அறிவூட்டவேண்டும். இவைகளைப்பற்றி அறிவூட்டும் பணி பள்ளிகூடத்திலிருந்து தொடங்கப்பட வேண்டும். ஒவ்வொரு பள்ளிக்கூடத்திலும் எல்லை சுற்றுச் சுவர் கட்டப்பட்டு அதற்குள் சாதாரணவகை மூலிகைச் செடிகளை நட வேண்டும். குழந்தைகளின் பத்து வயது துவக்கத்திலிருந்தே, இந்த மூலிகைகள் என்னென்ன வியாதிகளைத் குணபடுத்தக்கூடியவை என்பதை அவர்களுக்கு போதித்து வர வேண்டும். அரசாங்கத்தின் செலவில் இது சம்பந்தமாக சிறுசிறு புத்தகங்கள் அச்சிடப்பட்டு எல்லா பள்ளிக் குழந்தைகளுக்கும் கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

தங்களது எதிர்காலத்தில் தாங்கள் குழந்தைகளுக்குத் தாங்களே சிகிச்சை செய்துகொள்ளும் வகையில் இன்றைய பள்ளிக்குழந்தைகளின் நுண்ணுணர்வுப் பருவத்தில் மூலிகை பற்றிய அறிவினை பதிக்கும் வகையில் பள்ளி ஆசிரியர்களுக்கு சில நாட்களுக்கு புனர் பயிற்சி (Refresher courses) முகாம்கள் நடத்தப்பட வேண்டும். இந்த எளிய வழியைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் நாம் சில வருடங்களுக்குள்ளேயே அயல் நாட்டிலிருந்து

மேனாட்டு மருந்துவகைகளை இறக்குமதி செய்வதைத் தவிர்த்துவிட முடியும். அந்நியச் செலாவணியையும் மிச்சப் படுத்தி விடலாம். அலோபதி மருத்துவ முறையில் நோய்களைக் கண்டறியும் தன்மை பெருமளவிற்கு வெற்றி தந்துள்ளது. என்பதில் சந்தேகமில்லை. ஆனால் சிகிச்சை என்று வரும் பொழுது மருத்துவர் குழப்பமடைந்தவராய் பல எண்ணிக்கையிலான மாத்திரைகளையும், கேப்சூல்களையும் ஊசி மருந்துகளையும் எழுதிக் கொடுக்கத் தொடங்கி, மாத்திரை மாற்றி மாத்திரையாகக் கொடுத்து நோயாளிக்குப் பலவிதமான பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தி, இறுதியாக அறுவைச் சிகிச்சை மேஜைக்கு அனுப்பிவிடக் காரணமாகிறார். நோய்க்குறியியல் (Pathology) அல்லது உடலியங்கியல் (Physiology) பற்றி எந்த அறிவும் பெறாத மருத்துவ பிரதிநிதிகளிடமிருந்து (Medical Representatives) நமது மருத்துவர்களில் பெரும்பாலோர் பயிற்சி பெறுகிறார்கள். இவ்வளவு ஏன்? மருந்துக் கடைகளில் பணிபுரியும் ஆட்களே நோயாளிகளுக்குச் சிகிச்சை அளித்து, சட்ட விரோதமான, காலாவதியான மாத்திரைகளையும் தந்துவிடுகிறார்கள். அலோபதி மருத்துவ முறையில் பரிபூரணமான நிவாரணம் என்பதற்கு இடமில்லை என்பது ஒப்புக்கொள்ளப்பட்ட ஒன்றாகும். விரைவாக நிவாரணம் அளிக்கலாம்; அது முக்கியமல்ல.

நமது உள்நாட்டு மருத்துவமுறையில் பக்க விளைவுகள் எதுவுமின்றி நாம் பல நோய்களையும் குணப்படுத்தி விடலாம். எனவே நமது ஏழை இந்திய மக்கள் உள்நாட்டு மருத்துவ முறையினாலேயே சிகிச்சை செய்யப்படவேண்டும். என்பதே எனது வாதம். ஆகவே தொடர்ந்து நமது மருத்துவ முறையே முதலாவதான சிகிச்சையாகத் தரப்படவேண்டும் என்பதும் அலோபதி மருத்துவமுறை துணை சிகிச்சையாகவே தரப்படவேணடும். ஆனால் நடைமுறை வழக்கத்தில், நமது அரசாங்கமே உள்நாட்டு சிகிச்சை முறைகளை மாற்றாந்தாய் கண்ணோட்டத்துடன் நடத்துகிறதே?

குழந்தைகளின் ஆரோக்கியம்

குழந்தைகளின் ஆரோக்கியம் குழந்தைகளுக்காக விதிக்கப்பட்டுள்ள கல்வித் திட்டத்தையும் தன்னுள்ளடக்கியிருக்கிறது. பாடங்கள் பலவற்றால் அவர்கள் சுமையேற்றப்படுகிறார்கள்; தங்கள் தலைகளில் ஒரு சுமை புத்தகங்களைச் சுமந்து செல்ல வேண்டியவர்களாக உள்ளார்கள். அவர்கள் படிப்பதற்காகப் பலவிதமானப் பாடத்திட்டங்கள் அறிவுறுத்தப்படுகின்றன. நாம் இக்குழந்தைகளின் அறிவினைப் பரிசோதனை செய்தால், அவர்கள் பெற்றுள்ள மிகக் குறைவான அறிவினைக் கண்டும், எந்தத் தேர்வினையும எதிர் கொள்ளப் போதுமான திறமையில்லாதிருப்பது கண்டும், நாம் திடுக்கிடவேண்டியிருக்கும். அதனால் தானோ என்னவோ ஐந்தாவது வகுப்பு வரை அவர்களை எந்த வகுப்பிலும் இருத்திக் கொள்ளாமல் தேர்வு செய்து அனுப்பிவிட வேண்டும் என்று கல்வித்துறையினர் பள்ளிக்கூடங்களுக்கு உத்தரவு பிறப்பித்துள்ளனர். குழந்தைகளுக்காக வரையறுக்கப்பட்ட பாடங்களில் அக்குழந்தைகளின் ஆசிரியர்களுக்கும் ஒரு பரீட்சை வைத்தால் இந்த ஆசிரியர்களே தோல்வி கண்டிடலாம் காளான்களைப்போல மூலை முடுக்களிலெல்லாம் நர்சரிப் பள்ளிக்கூடங்கள் தோன்றியுள்ளன. கல்வித் தகுதி வாய்க்கப்பெறாத ஆசிரியர்கள் பணியில் அமர்த்தப்படுகின்றனர். நற்கொடைக்காகவும் மிக அதிகமான கல்விச் சம்பளத்திற்காகவும் குழந்தைகளின் பெற்றோர்கள் நசுக்கப்பட்டு வருகின்றனர்.

குழந்தைகள் அணிந்து கொள்ள விநோதமான சீருடைகள் தரப்படுகின்றன. நமது நாடு ஓர் உஷ்ணப் பிரதேசமாய் இருக்க, குழந்தைகள் காலுக்கு காலுறை, மூடிய 'காலணி' (சாக்ஸ், பூட்ஸ்) என்றும் கழுத்திற்கு 'டை' என்றும் அணிந்து வர உத்திரவிடப்டுகிறார்கள். ஏதோ குளிர் சீதோஷ்ணமான நிலையிலி ருந்து இக்குழந்தைகளை காப்பாற்றுவதற்காக இவ்வுடைகள் என என்னி இவர்கள் இப்படி செய்கிறார்களா! குழந்தைகளுக்கு சீருடை அணிவிக்கும் பணியில் அக்குழந்தையின் தாயின் நேரம் வீணடிக்கப்படுகிறது. குழந்தையைத் தயார் செய்து பள்ளிக்கூடம்

அனுப்புவதற்குள் அவனுக்கு உயர் ரத்த அழுத்தம் ஏற்பட்டுவிடுகிறது. விளையாட்டு சுபாவத்தோடு கூடிய சின்னஞ்சிறிய குழந்தைகள் பள்ளிக் கூடங்களில் ஆறு மணி நேரத்திற்கு மேலாக இருத்திக் கொள்ளப்படுகிறார்கள். அவர்கள் வீடு திரும்பும்போது மிகவும் களைத்துப்போய் வருகிறார்கள். குழந்தைகளின் ஆடைகளைக் களைந்து மாற்றும் பணியில் பெற்றோர்கள் தங்கள் பொன்னான நேரத்தைச் செலவழிக்க வேண்டியதாயிருக்கிறது. சில குழந்தைகள் இரவு படுக்கைக்குச் செல்லும் வரையிலும்கூட அதே பள்ளிச் சீருடையுடன் அவர்கள் சுற்றித்திரிவதற்கு சில பெற்றோர்கள் அனுமதிக்கிறார்கள். சில குழந்தைகள் தங்கள் ஆசிரியர்கள் கேட்கச் சொல்லியிருந்த பள்ளிச் சம்பளம் போன்றவற்றை மனதில் சுமந்து கொண்டு, கவலை தோய்ந்த முகத்துடன் வீடு திரும்புகிறார்கள். இந்த விஷயங்கள் சாதாரணமானவையாகத் தோன்றலாம். ஆனால் இவையெல்லாம் ஒன்றாகச் சேர்ந்துதான் குழந்தைகளின் ஆரோக்கியத்தை நிர்ணயிப்பதில் பங்கு கொள்கின்றன.

பல பள்ளிக் கூடங்களில், சில மருத்துவர்கள் சென்று, அங்குள்ள குழந்தைகளின் பெற்றோர்களது கவனத்திற்குத் கொண்டு போகாமலே, அக்குழந்தைகளுக்கு ஊசிகளைப் போட்டுவிட்டு வந்துவிடுவார்கள். என்னைக் கேட்டால் அப்படிச் செய்வது ஒரு குற்றமாகவே கருதப்படவேண்டும். பெற்றோர்களது சம்மதமின்றி அவர்களுடைய குழந்தைகளைத் தீண்டுவதற்கு எந்த மருத்துவருக்கும் உரிமை கிடையாது. தடுப்பு சிகிச்சை என்ற பெயரில் பலவிதமான தடுப்பு ஊநீர் (Vaccines) மருந்துகள் குழந்தைகளின் இளம் உடலில் ஊசிமூலம் செலுத்தப்படுகின்றன. இதன் விளைவாக பலவிதமான எதிர் விளைவுகளும், பக்க விளைவுகளும் ஏற்படுகின்றன. அரசு இந்த விஷயத்தில் தீவிரக் கவனம் செலுத்த வேண்டும்; இது போல் பெற்றோர்களின் உத்திரவைப் பெறாமல் பள்ளிக் குழந்தைகளின் ஆரோக்கிய விஷயத்தில் தலையிடக்கூடாது என்றும் மருத்துவ அதிகாரிகளுக்கும் கல்வி நிறுவனங்களுக்கும் கடுமையான உத்தரவு பிறப்பிக்க வேண்டும்.

இந்தப் புத்தகத்தை நான் பிரசுரித்து வெளியிடக் காரணம் புகழ் பெற வேண்டியோ, பெயர் எடுக்க வேண்டியோ, அல்ல. ஆனால், அலோபதி மருத்துவத்தினால் சொல்லமுடியாத வகையில் துன்பப்பட்டுக்கொண்டிருக்கும் பொது மக்களின் நலனைக் கவனத்தில் கொண்டே வெளியிடுகிறேன்.

அகில உலக ரீதியிலும் கூட நான் இந்த சித்த வைத்திய மருத்துவத்தில் ஒரு நல்ல தொண்டினைச் செய்திருக்கிறேன். என்று சொல்லிக் கொள்ள ஆசைப்படுகிறேன். அலோபதியை ஆதரிப்போர் எனது பல கருத்துக்களை ஒப்புக் கொள்ள மாட்டார்கள் என்றும் பி. சி ஜி. ஊசி மருந்தினை எதிர்த்துப் போராடிய பெரும் மூதறிஞர் இராஜகோபாலாச்சாரியாரைப் போன்ற புகழ் பெற்றோர்களைக் குறிப்பிட்டதுபோல, என்னையும் பழைய காலத்து 'அரைகுறை வைத்தியன்' என்று நிந்தித்து ஒதுக்கி விடுவார்கள் என்றும் எனக்கு நிச்சயமாகத் தெரியும்; ஆனால் அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகளிலும் மற்ற நாடுகளிலும் அது புழக்கத்தில் இல்லாவிட்டாலும் கூட, துரதிருஷ்டவசமாக அம்மருந்துகள் (B C G) வறுமையால் பீடிக்கப்பட்டுள்ள நமது குழந்தைகளுக்குத் தரப்படுவதற்காக மறுபடியும் புகுத்தப் பட்டுள்ளன.

தமிழக அரசினால் மூன்று வருடங்களுக்குமுன்னால் நான் சிகிச்சை செய்த பல நோயாளிகளின் சிகிச்சை விவரங்கள் தொலைக்காட்சிப் படமாக எடுக்கப்பட்டுக் காட்டப்பட்டுள்ளன சமீபத்தில் முழுமையாகக் குணமாக்கப்பட்ட மற்ற சில நோயாளிகளைப் பற்றியும் இங்கே விவரித்துள்ளேன்.

நோயாளியின் பெயரும், விலாசமும்	குணமாக்கப்பட்ட புற்றுநோயின் தன்மை.
குமார சாமி வயது (8) ஆண், தந்தை பெயர் என். இராமானுஜம், ஜிஎச். பள்ளி ஆசிரியர், குவகம் தபால், உடையார் பாளையம் தாலுக்கா, திருச்சி ஜில்லா,	ஈவிங்கின் இணைப்புத் திசுப் புற்று (Ewings sarcana)

நோயின் துவக்க நிலையில் வலது தொடையில் வீக்கம் ஏற்பட்டது. தஞ்சாவூரில் உள்ள எலும்பியல் சிகிச்சை நிபுணர் **(Orthopaedic surgeon)** உட்பட பலதுறை வல்லுநர்களின் **(Specialists)** ஆலோசனைகளும் பெறப்பட்டன. நோயாளி இரண்டு மாத சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்ட பின்பும், குணம் தெரியவில்லை. நாள் செல்லச்செல்ல சிறுவன் நடக்கும் சக்தியை இழந்து கொண்டு வந்தான். உடையார்பாளையத்திலிருந்த ஒரு மருத்துவரிடம் சிறுவனைக் காண்பித்து 4 மாதம் சிகிச்சை செய்தார்கள் பலனில்லை. பிறகு தஞ்சாவூரிலிருந்த ஒரு மருத்துவ வல்லுநரிடம் அழைத்துச் சென்றனர் **(specialist)** அங்கு ஊடுகதிர் **(X-Ray)** படம் எடுக்கப்பட்டு ஆய்வு செய்தபின், அம்மருத்துவர் அது புற்றுநோய் என்று ஒரு குண்டைத் தூக்கிப் போட்டார். அதற்குப் பிறகு அந்த சிறுவனை பாண்டிச்சேரியிலுள்ள ஜிப்மர் மருத்துவச் சாலைக்கு அழைத்துச் சென்றனர். திசு ஆய்வு **(Biopsy)** நடைபெற்றது. இது ஈவிங் இணைப்புத்திசுப் புற்றுநோய் **(Ewingsarcoma)** என்று கண்டறியப்பட்டது. காலை வெட்டி எடுக்க இயலாத அளவிற்குத் காலதாமதம் ஏற்பட்டு விட்டதாகக் கூறி 5000 ரேடுகள் **(Rads)** அளவிள்ள கதிர் வீச்சு **(Radiation)** சிகிச்சை கொடுக்கப்பட்டது. அந்தச் சிறுவன் இரண்டாண்டுகள்தான் (உயிரோடு) இருப்பான் என்பது அம்மருத்துவர்களின் கணிப்பு.

ஜட்ஜ் பலராமைய்யா என்பவர் (நான்) சித்த வைத்தியத்தினால் புற்று நோய்க்குச் சிகிச்சை அளித்து வருகிறார் என்றும், அரசாங்கமும்கூட அவரிடம் பயிற்சி பெற மருத்துவர்களை அனுப்பியுள்ளது என்றும் செய்தித் தாள்கள் மூலமாக அவர்கள் அறிந்திருக்கிறார்கள். கால் முழுவதுமாகக் கட்டுப்போடப்பட்ட நிலையில் அவர்கள் அந்தச் சிறுவனை என்னிடம் கொண்டு வந்தார்கள். நான் அவனது பெற்றோர்களிடம் அந்தக் கட்டினை அவிழ்த்து விடுமாறு கூறினேன். சில மருந்துகளையும் வெளியே தடவுவதற்காக தைலத்தையும் அவர்களிடம் கொடுத்தேன். ஜூனியர் விகடன் 19-8-1987 இதழில் இந்த இரங்கத்தக்க சம்பவம் பற்றி வெளியாகி

இருந்தது. சிறுவன் என்னால் ஒரு வருட காலம் சிகிச்சை செய்யப்பட்டான். வீக்கமும் கரைந்து சிறுவன் சாதாரணமாக நடக்கத் தொடங்கி விட்டான். இலேசான நொண்டுதல் மட்டும் இருந்தது. கடந்த மூன்று வருடங்களாக அவன் பள்ளி சென்று வந்து கொண்டிருக்கிறான். பத்து வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்குச் செய்யப்படும் சிகிச்சைகளுக்காக நான் எவ்வித பணமும் வசூலிப்பதில்லை. இன்று வரை அச்சிறுவனின் பெற்றோர்கள் என்னிடம் வந்து லேகியம் போன்ற டானிக் வகையைச் சேர்ந்த மருந்துகளை அச்சிறுவனுக்காக வாங்கிச் செல்கிறார்கள். பரிசோதனைக்காக மூன்று மாதங்களுக்கு ஒருமுறை அச்சிறுவனையும் என்னிடம் அழைத்துவருகிறார்கள். அந்தச் சிறுவனின் (குமாரசாமியின்) புகைப்படங்களை உங்கள் பார்வைக்காக வெளியிட்டுள்ளேன்.



சிகிச்சைக்கு முன்　　　　சிகிச்சைக்கு பின்

சிறுவன் குமாரசாமியின் தந்தை திரு. என். இராமானுஜம் எழுதிய கடிதத்தையும் அப்படியே பிரசுரித்துள்ளேன்.

அனுப்புனர்
N. ராமானுஜம்
F/o குமரசாமி
அவையாகுளம் Po
பொன்பரப்பி (வழி)
உடையார்பாளையம் தாலுகா.
திருச்சி ஜில்லா.

ஐயா, எனது மகன் குமரசாமிக்கு 4 வயதில் வலது காலில் எலும்பு புற்று நோய் வந்து பல ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை செய்தும் குணமாகவில்லை. பாண்டி ஜிப்மர் ஆஸ்பத்திரியில் காலை [illegible] தான் உயிர் வாழ வாய்ப்பு எனச் சொன்னார்கள் [illegible] அதன் பிறகு [redacted], புற்று நோய் சிகிச்சை நிபுணரிடம் 29-7-87 முதல் இலவசமாக சிகிச்சை செய்தார்கள். பையன் நன்கு குணமாகி உள்ளான். மேலும் சுத்தமாக நோய் நீங்கி அதுவும் வெளிபடவில்லை.

பையனுக்கு இப்போது வயது 12 ஆகிறது 7ம் வகுப்பில் படித்து கொண்டு நல்லபடியாக உள்ளான் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

N. ராமானுஜம்
28.7.91.

நோயாளியின் பெயரும் விலாசமும்	குணமாக்கப்பட்ட புற்று நோயின் தன்மை
சதீஷ்குமார், 13, ஆண், தந்தை பெயர். திரு வி. ஏகாம்பரம் ரோடு சாலை பெரும்கட்டூர், அசனாம் போஸ்ட். 604 402	இரத்தத்தில் புற்று நோய் (Leukamia)

இந்தச் சிறுவனை பல மருத்துவரிடம் காண்பித்ததில் கந்தக அமில உப்பின் ஒவ்வாமையினால் (sulpha alergy) ஏற்பட்ட நோய் என்று கூறினார்கள். எண்ணூரிலுள்ள மருத்துவச் சாலை திசு ஆய்வு நடத்திய பின் அதை வெள்ளணுப்புற்று என்று கருத்து தெரிவித்து, காஞ்சிபுரத்திலுள்ள டாக்டர் மாலா அவர்கள் அதை ஊர்ஜிதம் செய்தார். ஆனால் சிகிச்சையினால் பல் ஈறுகளில் ரத்தக்கசிவு நின்றதே தவிர பலன் கிடைக்கவில்லை. பிறகு என்னிடம் வந்தார்கள். எனது இரண்டு வருட சிகிச்சைக்குப் பின் சிறுவன் முற்றிலுமாக குணமடைந்து நலமாக பள்ளிச் சென்று கொண்டிருக்கிறான்.

சிறுவன் சதீஷ் குமாரின் தந்தை திரு. ஏகாம்பரம் 29-5-1991ல் எழுதிய ஓர் ஆங்கிலக் கடிதத்தின் தமிழாக்கம்.

எனது பெயர் வி. ஏகாம்பரம். நான் காஞ்சியில், தமிழக மின்சார வாரியத்தில் பணிசெய்து வருகிறேன். எனக்கு ஒரு மகன்; ஒரு மகள்; 1980-ல் எனது மகனின் நாலாவது வயதில் அவனுடல் முழுவதும் வீக்கம் தோன்றியது அவனைப் பரிசோதித்த பல மருத்துவர்கள் அது கந்தக அமில உப்பு ஒவ்வாமையால் (sulpha alergy) ஏற்பட்டுள்ளது என்றனர், ஆனால் நோயைக் குணமாக்க முடியவில்லை.



சிறுவன் - சதீஷ்குமார் குணமடைந்தபின்

பிறகு பையனுக்கு ஈறுகளின் வழியே இரத்தக்கசிவு ஏற்பட்டது. எண்ணூர் குழந்தைகள் மருத்துவ நிலையம் அதை இரத்தப் புற்றுநோய் என்று கண்டுபிடித்துச் சொல்லியது. காஞ்சிபுரத்திலுள்ள டாக்டர் மாலா அவர்களும் பின்பு இதை ஊர்ஜிதம் செய்தார்கள். ஆனால் மருத்துவர்களால் பையனின் இரத்தக்கசிவை மட்டுமே நிறுத்த முடிந்தது. பிறது ஒரு தமிழ் வார இதழைப் பார்த்துவிட்டு நான் ஜட்ஜ் பலராமையாவிடம் 1988-ல் பையனை அழைத்துச் சென்று காண்பிக்க சிகிச்சை தொடர்ந்தது. இப்பொழுது பையன் நன்கு குணமாகி விட்டான். அவனுக்கு இப்பொழுது 13 வயதாகிறது. செய்யார் தாலுகா பெருங்களத்தூரில் எட்டாம் வகுப்பு படித்துக் கொண்டிருக்கிறான்.

சையொப்பம்
வி. ஏகாம்பரம்.

நோயாளியின் பெயரும் விலாசமும்	குணமாக்கப்பட்ட புற்று நோயின் தன்மை
எஸ். டெல்பி, 10/பெண், தந்தையின் பெயர்; திரு. ஏ.டி. செபாஸ்டியன், 65/ஏ அகரமாணிக்கல் தெரு, திருத்துறைப்பூண்டி, தஞ்சாவூர், ஜில்லா, பின் ; 614713	ஹாட்கின்ஸ் நோய் (Hodgkins disease)

அடையாறில் கதிர் வீச்சு சிகிச்சை (Radiation) செய்யப்பட்டது. கடந்த நான்கு வருடங்களாகச் சிகிச்சை நடந்தது. பயனில்லை. பிறகு 18-2-1988 முதல் இங்கு சிகிச்சை (சித்த வைத்தியம்) செய்யப்பட்டது. கன்னங்களில் கீழ் , கனுக்கள் (Nodes) இல்லை. நோய் குணமாக்கப்பட்டுவிட்டது.

சிகிச்சைக்கு முன்

சிகிச்சைக்குப் பின்

[illegible] 10-5-91

[illegible]

[illegible] 12.1.88 [illegible]

[illegible] 15 [illegible]

10.4.88 [illegible]

[illegible]

(A. T. SEBASTIAN)

[illegible] Thanjavur [illegible]

நோயாளியின் பெயரும் விலாசமும்	குணமாக்கப்பட்ட புற்று நோயின் தன்மை
கே. சுப்ரமணி, 58, ஆண், 39, பிள்ளையார் கோவில் தெரு, மனுஞ்சேரி கிராமம், குன்றத்தூர், சென்னை - 600 069	முன் சிறுகுடல் புற்று நோய் கணையம் (Duodenum cancer pancreas)

3-11-87 முதல் சுமார் ஒரு மாத காலத்திற்கு அரசு இராயப்பேட்டை மருத்துவமனையில் சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டார். எந்த குணமும் உண்டாகவில்லை. திசு ஆய்வு நடத்தப்பட்டு. கணையத்தை ஒட்டிய உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கும் கட்டியென அறியப்பட்டது

சித்த வைத்தியம்) 5-12-1987 முதல் சிகிச்சை தரப்பட்டு குணமாக்கப்பட்டது.



திரு. கே. சுப்ரமணி அவர்களது ஆங்கிலக் கடிதம் தமிழாக்கம் செய்யப்பட்டு இங்கு தரப்பட்டுள்ளது;

என் பெயர் கே. சுப்ரமணி எனக்கு 58 வயதாகிறது. வியாபாரம் செய்து கொண்டிருக்கிறேன். நான்கு வருடங்களுக்கு முன்னால் வயிற்று வலியுடன் நோய் துவங்கியது . பிறகு மலவாயிலிருந்து (anus) இரத்தம் வெளிப்பட ஆரம்பித்தது.

சென்னை அரசு பொது மருத்துவமனையிலிருந்த டாக்டர். தனிகாசலம் என்பவரிடம் சென்று ஆலோசனை கேட்டேன்.அவர் எனது பித்தநீர்ப் பை (gallbladder) யில் உள்ள ஏதோ கோளாறு காரணமாகத்தான் இது நேர்ந்துள்ளது என்று சொல்லி சென்னை அரசு பொது மருத்துவமனை சென்று மேலும் சிகிச்சை செய்து கொள்ளும்படியும் கூறினார். ஆனால் நான் இராயப்பேட்டை அரசு மருத்துவமைனக்குச் சென்று அங்கு அனுமதி பெற்றுக்கொண்டேன். அங்கு எனக்கு பலவித பரிசோதனைகளைச் செய்து பார்த்தார்கள். இறுதியாக திசுஆய்வு செய்து பார்த்ததில் கணையத்தில் உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடிய கட்டி (Pancreatic malignancy) என்று கண்டறிந்தார்கள். அந்த மருத்துவச் சாலையில் நான் 21 நாட்கள் தங்கியிருந்தேன். ஆனால் எனது ஆரோக்கியத்தில் எந்தவித மாறுபாடும் ஏற்படவில்லை. கடைசியாக மருத்துவர்கள் இனி வேறு எதுவும் செய்வதற்கில்லை, இன்னும் 15 இல்லது 20 நாட்கள் தான் நீங்கள் உயிர் வாழ்வீர்கள் ஆகையால் வீடு திரும்பலாம் என்று சொல்லிவிட்டார்கள்.

பிறகு நான் குன்றத்தூரிலுள்ள டாக்டர் இராமமூர்த்தியைச் சந்திதித்தேன். அவர் என்னைச் சித்த வைத்திய மருத்துவரான டாக்டர். பலராமைய்யா விடம் அழைத்துச் சென்றார். நான் அவரிடம் 5-12-87 முதல் 13-3-88 வரை சுமார் 4 மாதங்கள் சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டேன். குறிப்பிடத்தக்க எனது அளவிற்கு எனது நோய் குணமாகி உடல் தேறி வருவதை உணர்ந்தேன். சித்த வைத்திய சிகிச்சை முடிந்த பிறகு, நான் மறுபடியும் இராயப்பேட்டை மருத்துவ மனைக்குப் பரிசோதனைக்காகச் சென்றேன். அவர்கள் என்னை 15-2-88 அன்று அனுமதித்து பரிசோதனை செய்தார்கள். அவர்களது பரிசோதனைப்படி உயிருக்கு ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடிய கட்டி எதுவும் இல்லை என்று தெரிய வந்தது. எனவே 26-2-88 அன்று வெளிநீக்கம் (discharge) செய்தார்கள். அதுமட்டுமல்ல; என்னைப் பரிசோதனை செய்த அந்த டாக்டர்கள் ஆச்சரியமுற்று நீங்கள் எங்கு சிகிச்சை எடுத்துக் கொண்டீர்கள்? என்று கேட்டனர் நான் பலராமைய்யாவிடம் சித்த வைத்திய சிகிச்சை

செய்துகொண்டு அவர் தந்த மருந்துகளையே உட்கொண்டு வந்தேன் என்று கூறினேன்.

இப்பொழுது நான் சர்வ சாதாரணமாக இருந்து கொண்டு எனது வியாபாரத்தை எந்த பிரச்சனையுமின்றி கவனித்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

குன்றத்தூர்.

28-6-91.

கையொப்பம்
கே. சுப்ரமணியம்.

நோயாளியின் பெயரும் விலாசமும்	குணமாக்கப்பட்ட புற்று நோயின் தன்மை
கமீமாயீ(அ) ரம்ஜானி, தந்தை பெயர்: சைபத்அப்துல் காதர், 1/4, வள்ளுவர் பட்டப்பகம் தெரு, காமராஜர் நகர், ஆவடி, சென்னை - 600 071	ஹாட்கின்ஸ் நோய் (Hodkins Disease)

சென்னை அரசு பொது மருத்துவமனையால் பரிசோதனைகள் செய்யப்பட்டு அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்டது. கதிர்வீச்சு (Radiation) தரப்பட்டது இரு வருடங்களுக்குப் பிறகு பெருமூச்சு (gasping) வாங்கியது. சென்னை அரசு பொது மருத்துவ மனைக்கு மீண்டும் சென்று காண்பித்தேன். நுரையீரல்களிலிருந்து இரு முறை நீர் வெளியேற்றம் செய்யப்பட்டது. ஊடுகதிர் (x-Rays) படங்களில் நீர்மத் தேக்கம் (efusion.) தெரிந்தது. இரு நுரையீரல்களும் மோசமான நிலையில் இருந்தன.

இங்கு (சித்த வைத்தியம்) 29-11-1989 முதல் 14-5-1991 வரை சிகிச்சை தரப்பட்டது. நோய் குணம் ஆக்கப்பட்டுவிட்டது.



Photocopy of her father's letter.

[illegible] 3-7-91

[illegible] 1988 [illegible]

[illegible]

[illegible] 29-11- [illegible]

[illegible]

S.S. [illegible] S.S. [illegible]

No. 1/4 [illegible]

நோயாளியின் பெயரும் விலாசமும்	குணமாக்கப்பட்ட புற்று நோயின் தன்மை
திரு. ஏகாம்பரம், 41 , ஆண், 64 ஏவிசிபி சிவம் தெரு, காஞ்சிபுரம்	ஆழ்ந்த நிணநீர் வெடிப்பு (Acute lymphatic) 26-3-89 முதல் சிகிச்சை செய்யப்பட்டு குணமாக்கப்பட்டார்.
திரு. நாராயணசாமி, 53, ஆண், துணி தைப்பவர் 65, பழைய பஜார் திருத்தணி	மலக்குடலில் புற்று நோய்-20முறை கதிர் வீச்சு (Radiation) தரப்பட்டது. சென்னைத் அரசு பொது மருத்துவமனையில் அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்டது. 1-3-1990 முதல் (என்னால்) சிகிச்சை செய்யப்பட்டு குணமாக்கப் பட்டார்.
திரு எம் கோவிந்தராஜ் 56, ஆண், 14- சி, கன்னாம்புக்காரன் தெரு, செங்கல்பட்டு	கல்லீரலில் புற்றுநோய் டாக்டர் ரங்கபாஷ்யம் இவரை அடையாறு புற்றுநோய் சிகிச்சை நிலையத்திற்கு அனுப்புவித்தார். ஆறு முறை வேதியியல் மருந்துகள் (chemo injection) தரப்பட்டு அறுவைச்சிகிச்சைக்கு ஆலோசனை கூறப்பட்டது. நோயாளி அதற்குத் ஒப்புதல் அளிக்கவில்லை எனவே என்னிடம் 9-5-1988 முதல் 15-8-1988வரை சிகிச்சை எடுத்துக் குணமாக்கப்பட்டார்.

நோயாளியின் பெயரும் விலாசமும்	குணமாக்கப்பட்ட புற்று நோயின் தன்மை
திரு. செல்லையா, 40 ஆண் அண்ணா நகர் மேற்கு, நெமிலி போஸ்ட் மன்னார்குடி தாலுக்கா தஞ்சாவூர் ஜில்லா	நாக்கில் புற்று 1990ல் ஏப்ரல் மாதம் சென்னை அரசு பொது மருத்ததுவமனையில் 20 முறை கதிர் வீச்சு சிகிச்சை செய்யப்பட்டது என்னிடம் 30-6-90 முதல் சிகிச்சை பெற்று குணமடைந்தார்.
இராஜலட்சுமி, 30 பெண், க/பெ திரு. பிரகாஷ் சந்தாபெட் சாலை முருகம்பேட்டை சித்தூர், ஆந்திரபிரதேஷ்	நுண்காம்பு சுரப்பித் திசுப் புற்றுஅண்டப்பை நோய் (papilary Adenocarcinoma ovary) வேலூர் சி.எம்.சி யில் சிகிச்சை பெற்று ஆரம்ப காலச் சிகிச்சை நடந்தது. பிறகு என்னிடம் 11-10-89 முதல் என்னிடம் சிகிச்சை எடுத்துக்கொண்டு குண மடைந்துள்ளார்.
திரு. கோதண்டம். 40 ஆண் தந்தை திரு முனுசாமி ரெட்டி மேல் மருதாளம் போஸ்ட் அம்மியூர், வாலாஜா தாலுக்கா	நரம்பு நார்த்திர நோய் மூளையின் தண்டுப்பகுதி (Astrocytoma Grade -i) 11-8-89 வரை வேலூர் சி.எம்.சி யில் சிகிச்சை இங்கு என்னிடம் 13-8-89 முதல் சிகிச்சை எடுததுச் கொண்டார். குணமாக்கப்பட்டுவிட்டது.

முப்பூ குரு

ELIXIR OF LIFE

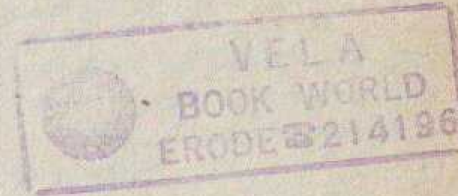


ஆசிரியர் :
வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமய்யா, B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

முப்பூ குரு

ELIXIR OF LIFE

ஆசிரியர் வி. பலராமய்யா B.A., B.L.,
ஒய்வுபெற்ற மாவட்ட நீதிபதி



வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதிப் பதிப்பகம்
ஜட்ஜ் பங்களா, சஞ்சீவி நகர், அரும்பாக்கம்,
சென்னை-600 106.

முகவுரை

இப் புத்தகத்தை எழுதுவதற்கு மனதுறுதி வேண்டியிருந்தது. ஏனெனில் இதில் சொல்லியுள்ள தத்துவார்த்தங்கள் பாமர மக்களுக்குச் சுத்தமாகப் புரியாது. பெரும் புலவர்கள் தமிழின் நடை சரியில்லையென்று புறக்கணிக்கலாம். சமயவாதிகள், வேதங்களைப் படித்து மக்களைப் பிரமிக்கச் செய்யும் நிபுணர்கள், இப் புத்தகத்திலுள்ள பொருள் தங்கள் வேதங்களுக்கு மாறுபட்டதாக உள்ளதென்று தள்ளி வைப்பர். ஆசார புருஷர் இதைக் கண்ணெடுத்தும் பாரார். மந்திரங்களை ஒரு முறை ஜெபித்தாலும் போதும்; நேராக கைலாயம் அல்லது வைகுண்டம் போகலாமென்று, சொல்லுபவர்கள் இந்நூலைப் பார்த்து ஏமாற்றமடைவர்.

பிராணயாமம், தபஸ், சிவராஜ யோகம் என்பனவற்றை பலபட பழகும் நண்பர்களும் தங்கள் கொள்கைக்குப் புறம்பானதென்று கருதுவர்.

சித்தர்கள் நூல்களைப் படித்து ஆதியும் அந்தமும் (எட்டு ரெண்டு) புரிந்துகொள்ள முடியாதவர்கள், இந் நூலிலும் அந்த எட்டு ரெண்டும் வெளிப்படையாகச் சொல்லவில்லையே என்று வருந்துவர்.

ஆனல் "அண்டம்" என்ற சித்தர் உலகத்தை குருமுகமாக அறிந்தவர்கள் இப் புத்தகத்தைப் படிக்க நேர்ந்தால், ஏன் இந்த ஆசிரியர் இவ்வளவு வெளிப்படையாக மெய்ப் பொருளைக் காட்டியுள்ளாரென்று அதிர்ச்சி அடைவர். துன்மார்க்கர்கள் நிறைந்த இவ்வுலகத்திற்கு இந்நூல் பொருத்தமற்றதெனப் பழிப்பர். இருப்பினும் வசன நடையில் சித்தர் அண்டத்தைப்பற்றி இதுவரையில் ஒருவரும் ஒரு நூலும் எழுதவில்லையே யென்ற எண்ணம் ஆசிரியருக்குப்

முதற் பதிப்பு—1971
இரண்டாம் பதிப்பு—1971
மூன்றாம் பதிப்பு—1977
நான்காம் பதிப்பு—1981
ஐந்தாம் பதிப்பு—1988

மாருதி பிரஸ்,
173, பீட்டர்ஸ் ரோடு,
சென்னை-600 014.

முகவுரை

இப் புத்தகத்தை எழுதுவதற்கு மனதுறுதி வேண்டியிருந்தது. ஏனெனில் இதில் சொல்லியுள்ள தத்துவார்த்தங்கள் பாமர மக்களுக்குச் சுத்தமாகப் புரியாது. பெரும் புலவர்கள் தமிழின் நடை சரியில்லையென்று புறக்கணிக்கலாம். சமயவாதிகள், வேதங்களைப் படித்து மக்களைப் பிரமிக்கச் செய்யும் நிபுணர்கள், இப் புத்தகத்திலுள்ள பொருள் தங்கள் வேதங்களுக்கு மாறுபட்டதாக உள்ளதென்று தள்ளி வைப்பர். ஆசார புருஷர் இதைக் கண்ணெடுத்தும் பாரார். மந்திரங்களை ஒரு முறை ஜெபித்தாலும் போதும்; நேராக கைலாயம் அல்லது வைகுண்டம் போகலாமென்று, சொல்லுபவர்கள் இந்நூலைப் பார்த்து ஏமாற்றமடைவர்.

பிராணாயாமம், தபஸ், சிவராஜ யோகம் என்பனவற்றை பலபட பழகும் நண்பர்களும் தங்கள் கொள்கைக்குப் புறம்பானதென்று கருதுவர்.

சித்தர்கள் நூல்களைப் படித்து ஆதியும் அந்தமும் (எட்டு ரெண்டு) புரிந்துகொள்ள முடியாதவர்கள், இந்நூலிலும் அந்த எட்டு ரெண்டும் வெளிப்படையாகச் சொல்லவில்லையே என்று வருந்துவர்.

ஆனால் "அண்டம்" என்ற சித்தர் உலகத்தை குருமுகமாக அறிந்தவர்கள் இப் புத்தகத்தைப் படிக்க நேர்ந்தால், ஏன் இந்த ஆசிரியர் இவ்வளவு வெளிப்படையாக மெய்ப்பொருளைக் காட்டியுள்ளாரென்று அதிர்ச்சி அடைவர். துன்மார்க்கர்கள் நிறைந்த இவ்வுலகத்திற்கு இந்நூல் பொருத்தமற்றதெனப் பழிப்பர். இருப்பினும் வசன நடையில் சித்தர் அண்டத்தைப்பற்றி இதுவரையில் ஒருவரும் ஒரு நூலும் எழுதவில்லையே யென்ற எண்ணம் ஆசிரியருக்குப்

பல ஆண்டுகளாக இருந்துவந்தது. அது ஈடேற இப்பொழுதாகிலும் வாய்ப்பு ஏற்பட்டதற்கு சித்தர்கள் பாதகமலங்களை நமஸ்கரித்து இந்நூல் எழுத முற்பட்டுள்ளேன்.

"வாத வைத்தியத்துக்காதி" என்னும் புத்தகம் முதற் பாகமாய் 1967-ம் ஆண்டு வெளிவந்தும் இரண்டாம் பாகம் வெளிவருவதற்குத் தாமதமாகிவிட்டது. ஆகவே இரண்டாம் பாகமாக இந்நூல் வெளிவர வாய்ப்பு ஏற்பட்டது.

"வாத வைத்தியத்துக்காதி" என்ற தலைப்பை கொடுத்து வைத்தியத்தை அறியும் அடிப்படைத் தத்துவத்தையும் சில மருந்துகளையும் மாத்திரம் முதற் பாகத்தில் வெளியிட்டோம்.

ரசவாத பகுதியை இந்நூலில் சுருக்கமாகவும் முடிந்த அளவுக்கு விளக்கமாகவும் எழுதியுள்ளோம்.

இந்நூலிலேயே ஆசிரியர் ரசவாதிகளிடம் கண்ட சில அரிய அனுபவங்களைப் பற்றியும் எழுதியுள்ளார். சித்தர்கள் தத்துவங்களைப்பற்றியும் எழுதியுள்ளார். சித்தர்கள் தத்துவங்களைப்பற்றி அறியாதவர்களுக்கும் சித்தர் மெய்ப்பொருள், அமுத கலசம் என்னும் நூல்களையும் வெளியிட்டுள்ளோம். அவைகளையும் பார்க்கத் தக்கது.

சித்தர்கள் தங்கள் நூல்களில் ரசவாதத்தை மாத்திரம் எழுதியதாகத் தெரியவில்லை. அவர்கள் வாதம், வைத்தியம், யோகம், ஞானம் எல்லாம் ஒருங்கே சேர்த்து சொல்வாராயினர். ஏனெனில் அவர்களுக்கு பாதரசத்தைத் தங்கமாக்குவது வாழ்க்கையின் குறிக்கோளல்ல. ஆனால் ரசவாதத்தை பூரணமாக்கக்கூடிய மருந்து உடலைக் காய கற்பமாக்கக்கூடியதானும், கூவற்றை வைத்துக் கொண்டல்லவா சித்திரம் எழுதவேண்டுமென்றபடி, உடலை கற்ப சாதனை செய்துகொண்டு யோக ஞானத்தில் ஈடுபடும் நோக்கத்

துடனேயே ரசவாதத்தைப்பற்றி எழுதினார்கள். ரசவாத சித்தியை அளிக்கவல்ல மருந்திற்கு 'முப்பூ' என்ற பெயரிட்டனர்.

உண்மையிலேயே ஒருவன் தன் உடலைக் கற்ப சாதனை செய்துகொள்ள வேண்டுமென்று கருதி ரசவாத கலையை ஆராய்ச்சி செய்தால் அவனுக்கு சித்தியாகுமென்று சித்தர்கள் சொல்கின்றனர்.

சித்தர்கள் எல்லோரும் பாடல் மூலமாகவே பரிபாஷைப் பெயர்களைக் கொண்டு ரசவாதத்தைப் பாடியுள்ளதால் சிறந்த புலவர்களும், சித்த மருத்துவர்களும்கூட உண்மைப் பொருளை உணர்ந்துகொள்ள முடியாத நிலைமையிலுள்ளனர்.

சித்தர்கள் தங்கள் நூல்களில் சொன்னதைக் காட்டிலும் உயர்வாக ஒரு அணுவும் இந்த நூல் சொல்லவில்லை. ஆனால் அவர்கள் கருத்துக்களை வசன நடையில் எழுதியுள்ளதைத் தவிர பரிபாஷை மொழிகள், சில ரதவாத, வைத்திய ஆராய்ச்சியாளர்களை வழி தவறி போகும்படி செய்யக்கூடிய நிலையைத் தவிர்ப்பதற்காகவே இந்நூல் எழுத முற்பட்டுள்ளேன். இதில் சில தவறுகளும் இருக்கலாம். முடிந்த அளவுக்கு ஆங்காங்கு சித்தர்களின் பாடல்களை ஆதாரமாக எடுத்துக் கூறியுள்ளோம்.

மேல்நாட்டு ரசவாதிகளின் கருத்துக்களையும் ஆங்கில மொழியிலேயே வெகு சில பகுதிகளை எடுத்து நம் சித்தர்கள் கருத்துக்களுக்கு இசைந்தவாறுள்ளதென்பதை எடுத்துக் காட்டியுள்ளோம். மேல்நாட்டு ஞானிகள் ரசவாத மருந்தை செய்யும் முறைகள் பலபல சொல்லியுள்ளனர். அவைகளை முழுக்க முழுக்க எழுதுவோமாயின் புத்தகம் பெருகிவிடக்கூடுமாகையால் ஒரு சில பகுதிகளை மாத்திரம் குறிப்பாக எடுத்து எழுதியுள்ளோம். நம் நாட்டு சித்தர்கள் சொல்வதைவிட மேல்நாட்டு ரசவாதிகள் ஓரளவுக்கு விளக்கமாக எழுதியுள்ளனர்.

சித்தமருத்துவம் செய்யும் நண்பர்கள் சித்தர்கள் நூல்களைப் படிக்கும்பொழுது ரசவாதத்தைப்பற்றியும் படிக்க வேண்டிய நிலைமை ஏற்படுகிறது. அதனால் மனம் சஞ்சலமடைந்து மருந்து பகுதிகளைவிட்டு ரசவாத மருந்தில் மனதைச் செலுத்தி வீண் பண விரயம் செய்து வாதமும் கெட்டு வைத்தியமும் கெட்டு, மக்களுக்கு அவர்கள் மருத்துவ அறிவு பயன்படாமல் போய்விடுகிறதென்பது வருந்தத் தக்கதாயுள்ளது.

சித்தர்கள் அண்டம் என்பது ஏகவஸ்து. அந்த ஒரு பொருளே ஓம் என்னும் பிரணவம் என்றும் அதிலிருந்து தான் அகரம், உகரம், மகரம் உதயமாகிறதென்றும், அவைகளை சுத்தி செய்து ஒன்று கூட்டும்பொழுது அமுதம் விளைகிறது என்றும் சொல்வாராயினர். அதையே அண்டம் என்றும், நாத விந்தென்றும், சிவம் சக்தியென்றும் அழைக்கலாயினர். இதன் முழு விவரம் நூலில் காணலாம்.

"அமுத கலசம்" என்ற தலைப்பில் இந்த அண்டத்தின் அந்தரார்த்தத்தைப்பற்றி விரிவாக இந்நூலாசிரியர் எழுதிய நூலை பார்க்கத்தக்கது. அதையும் இதனுடன் தொடர்ந்து ஊன்றி படிப்பின், ஓர் மேனாட்டு அறிஞர் சொல்லியதுபோல் பெருங்கடலில் இரண்டு மீன்கள் மாத்திரம் இருந்த போதிலும் அவைகள் கிட்டக்கூடும்.

முப்பூவைக் கொண்டு முடிக்கும் மருந்தே குருமருந்து. இது சேர்ந்த மருந்துகள் யாதாயினும் சரி, எல்லா நோய்களையும் தவிடுபொடியாக்க வல்லதாம். ஆகவே நாம் ஒவ்வொருவரும் ஆண்டவன் அருள்பெற்று தக்க குருவை அணுகி இந்த குருமருந்தின் ஆராய்ச்சியில் நுழைந்து "முயற்சி திருவினையாக்கும்" என்ற முதுமொழிப்படி, திருவினையை அளிக்கக்கூடிய இம்மருந்தை செய்து முடித்து, கற்ப சாதனை செய்து பிரம்ம நிலையை அடைய முயலுவோமாக.

ஆசிரியர்

Dt. 14.3.1991.

I hereby authorise Smt. Anjana Devi, My second daughter residing at Arumbakkam, Madras to manage the Aruljothi Pathippagam and also enjoy the profit or loss arising out of such management. She is fully authorised to arrange for the publication of all my books with the above said Pathippagam for the time being and also to continue this activity after my life time also. The publication work has been pursued by me to educate the public and I wish that Smt. Anjana Devi is my only daughter who can fulfil my wishes and accordingly I entrust this publication work to her. Since I have assigned this work specifically to Smt. Anjana Devi to the exclusion of other legal heirs, I propose not to mention these aspects in any of my wills that are likely to be made in future. My best wishes to loving Smt. Anjana Devi

(Dr.V.BALARAMIAH)

To

Mrs. Anjana Devi,
Arumbakkam, Madras.

அத்தியாயம் 1

வாலாம்பிகையின் தத்துவம்

வாலையின் பெயர்

"சித்தியென்ன பத்தாகு மாதமப்பா
சிறப்பான சல்வி வேரென்றும் பேரு
அத்தியென்ன கொடிமூல மென்றும் பேரு
ஆனதொரு கன்னிப்பெண்ணென்றும் பேரு
வத்தியே வாலைப்பெண்ணென்றும் பேரு
வளமான சத்திப்பெண்ணென்றும் பேரு
சத்தியே பத்து வயதென்றும் பேரு
சமர்த்தான ஞானப்பெண்ணென்றும் பேரு
சொன்னோமே அறுபத்துநாலு பேருஞ்
சொன்னதெல்லா மித்தனை முப்பூவுக்கப்பா
அன்னோமே அறுபத்திநாலு சித்தர்
அவரவர்களிச்சைபடி சாஸ்திரஞ் சொன்னார்,
வன்னோமே தலைக்காலாய் சொல்லிப்போட்டார்
வளமான சித்தர்கள்தான் வகுத்த நூல்கள்
மன்னோமே சித்தர்கள்தான் கூடிக்கொண்டு
மகத்தான பாஷைகளால் மறைந்திட்டாரே."

என்பதினால் முப்பூ என்ற ஒரு பொருளுக்கு சித்தர்கள் கணக்கற்ற பரிபாஷை பெயர்களிட்டு அழைக்கலாயினர். அம் முப்பூவுக்கே வாலைப்பெண் என்ற பெயரும் சூட்டினர்.

ஆகவே தலைப்பிண்டம் என்று சொல்லும்போது அது உண்மையாகவே மனிதன் அல்லது மிருகத்தின் மண்டை ஓடல்ல என்பதை அறிதல் வேண்டும். அந்த தலைப் பிண்டத்தையே அட்டைப் படத்தில் வாலாம்பிகையென்னும் பெண் ரூபமாக வரையப்பட்டுள்ளது.

இந்த வாலாம்பிகையின் ரூபத்தை ஒருவன் உற்று நோக்கி தியானம் செய்தால் அவனுக்கு அவள் தன் உண்மை ரூபத்தை அறிவிப்பாள். அப்பொழுதே ஞானம் உதிக்குமிடமாயிற்றென்பதாம்.

ஆனல் நாம் பழுத்தால்தான் நமக்கு பார்வதி தேவி விநயகருக்களித்த காயசித்தி பழம் கிடைக்கும் என்பதாம்.

மற்றும் வாலாம்பிகையின் ரூபத்தை உற்று நோக்கற்பாலது. நெற்றியில் சந்திர கோணமும், முடியின் முனையில் சூரியனும் இருப்பதைக் கவனிக்கத் தக்கது. அதுவே தன்னுள்ளிருக்கும் (ரவி, மதி) நாதவிந்தென்னும் இரு பொருளைக் குறிப்பதாம்.

இந் நூலில் சொன்னதைக் காட்டிலும் வெட்டவெளியாய் யாருமே சொல்ல முடியாது. அதற்குமேல் ஒரு அணுவளவேனும் கடந்து சென்ருல் சாபம் கிட்டுமென்று சித்தர்கள் சொல்கின்றனர்.

"அதிகமாய் வருகுமப்பா இன்னங்கேளு
அறைகிறேன் நாதவிந்தை வெளியிட்டோர்கள்
அதிகமாய் எழுபிறப்பும் கழுதையாகி
அப்பனே எழுநரகம் சேர்வார் பாரு"

என்று அகத்தியரே சொல்கிருர்.

"வாருன கருவினிட வாழ்வைக் கேளு
மகத்தான சடையின் மேல் ரவிமதியைச் சூடி
தாருன நெற்றியிலே தீயைவைத்துச்
சர்ப்பமெல்லா மாபரணமாகப்பூண்டு,"

"ஏற்றிஞல் தசதீட்சை முடியும் பாரு
ஏகாந்த நாதவிந்து நடத்தைத்தானும்
போற்றியதோர் வாலைப்பெண் ரூபமாகும்."

என்ற சித்தர் பாடலுக்கு ஒத்து, நம் அட்டைப்படத்தில் காட்சியளிப்பது வாலாம்பிகையின் ரூபம் ஆகும்.

ஒரு பெண் ரூபமமைத்து அவ்வம்மைக்கு மஞ்சள் குங்குமம் வைத்து தேங்காய் உடைத்து கற்பூரம் ஏற்றி பூசை செய்தால் ஏதாவது கிடைக்குமா? கிடைக்காது. அவளுடைய கிருபை வேண்டுமாயின் நல் ஒழுக்கம் வேண்டும்; பெரியோர்களின் ஆசி வேண்டும்; அடக்கம் வேண்டும்.

அப்பொழுதுதான் அவ்வம்மை பழத்தைக் கொடுத்து நம்மை சிவமாக்குவாள்.

கவனிக்கத் தக்கது. சித்தர்கள் எல்லோரும் இந்த மெய்ப்பொருளை பத்து வயதான வாலைப்பெண் என்று அழைக்கின்றனர். ஆனல் நாம் பெண்ணினுடைய ரூபத்தை மறந்து விடவேண்டும். சிலர் தேவி பூசை செய்கிருேமென்று சிறு பெண்களை நிர்வாணமாக நிறுத்தி மந்திரங்களை இரவு காலத்தில் உச்சாடனம் செய்வர். இது மடமை.

பரிவோடும் மெய்யன்போடும் கேட்டதெல்லாம் அளிக்கக்கூடியவள் தாயேயாகும். அதைப்போன்றதே நம் மெய்ப்பொருள். இப்பொருள் நம் கண்முன் தோன்றக் கூடியது, ஜடமானது. ஆனல் அவளிடத்தில் உள்ள அணு சக்திகளோ அளவிட முடியாததாகும்.

இந்த வாலாம்பிகை மாற்றிப் பிறக்க வல்லமை கொடுக்கக்கூடியவள். தன்னுள் புதைந்து கிடக்கும் அமுதத்தை ஊட்டவல்லவள்.

எவ்வளவு விவரமாய் சொன்னலும் தருமவானுக்குத் தான் அது புலப்படும். மற்ருேர்க்கு புத்தி மயங்கிப் போகுமென்கிருர் தன்வந்திரி. "சிவயோகி பார்த்தால் எல்லாம் சித்தி; அவயோகியானுக்கால் அழிந்தே போகும்; ஆனதொரு செய்முறைகள் பலியாதப்பா," என்கிருர்.

நல்லோர்களுக்காகவே அம் மெய்ப் பொருள் ஆண்டவனல் சிருஷ்டிக்கப்பட்டுள்ளது. சித்தித்தால் நல்லோர்க்கு

சித்தியாகும், வளமான வாதமொடு வைத்திய சித்தியாகு மென்கிருர் தன்வந்தரி.

ஓர் மேனுட்டு மேதை சொல்கிருர்.

"Whether you, will or not, Sophist, this majestery Is in nature itself, a wonderful things of God above Nature, and a most precious treasure in this valley of sorrows.

If you look at it from without, it seems a paltry thing to transmute another into something far more noble than it was before.

But you must, nevertheless allow this and confess that it is a miracle produced by the spagyrist, who by the art of this preparation corrupts a visible body which is externally vile, frome which he extracts another most noble, most precious essence."

அதாவது இயற்கையில் கடவுளால் உண்டாக்கப் பட்டது இப்பொருள். துக்கங்கள் நிறைந்து கடலாயுள்ள இந்த பூமியில் இது ஒரு பொக்கிஷம்.

இதை வெளியிலிருந்து நோக்கினுல் புறக்கணிக்கத் தக்க ஓர் எளிய பொருளாகத் தோற்றமளிக்கும். இது அசுத்த பொருள்களை விலைமதிக்க முடியாத பொருளாக மாற்ற வல்லமையுடையதென்பதை அறிய பெரு வியப் பாகும்.

இந்த அற்பப் பொருளிலிருந்து, ஜடமான பொருளி லிருந்து, காயசித்தி அளிக்கவல்ல பெரும் பொருள் ஒன்று வெளியாகிறது என்பதாம்.

வாலைப்பெண் கழுத்தில் சுற்றியிருக்கும் பாம்பை உற்றுப் பாருங்கள். இது தன்னைத்தானே விழுங்குகிறதல்லவா? இது பெரும் பொருளைக் குறிப்பதாம். அகாரம் உகாரத்தை

உண்ணும்; விந்துவை நாதம் உண்ணும் என்ற தத்துவத்தை விளக்குகின்றது அப் பாம்பு. பார் செல்ஸஸ் என்ற ஜெர்மானிய சித்தன் ஒரு பாம்பை பிரதானமாக தன் புத்தகத்தில் வரைந்து உள்ளார். தன் வாலையே தான் விழுங்குவதுபோல் காட்டியுள்ளார்.

நம் சித்தர்களும் ஞானிகளும் பாம்பை சிவனுக்கு ஆபரணமாய் சூட்டிவைத்தார்கள்.

"பாம்பையல்லோ வாபரணந்தரித்தாரீசன்
பரிவான மதியோடுங் கொன்றைச்சூடி.
பாம்பையல்லோ முந்நூலாய் போட்டார் கூத்தன்
பாம்பையல்லோ உமையவட்கு மோதிரமாய்ப்
பாரென்று அண்டத்திலாடினுரே." [போட்டுப்
—சட்டமுனி. 37

பாரப்பா—அகாரம் உகாரத்தை உண்ணும்
பாங்கான உகரம் மகாரத்தை உண்ணும்
நேரப்பா மகாரமது விந்தை உண்ணும்
நேரான விந்துவும் நாதத்தை உண்ணும்
சேரப்பா நாதமுஞ் சத்தியைத் தானுண்ணும்
சேர்ந்து நின்ற சத்தியதுஞ் சிவத்தை உண்ணும்
ஆரப்பா சிவந்தன்னை பரந்தான் உண்ணும்
அப்பரத்தே நின்றவிடமறிந்து உண்ணும்
அப்புரத்தே நின்றவிடமறிந்து உண்ணே.
—சட்டமுனி மூன்ஞானம். (100)

இப்பாடலில் அகாரத்தை உகாரம் உண்ணுமென்றும் உகாரத்தை மகாரம் உண்ணுமென்றும், விந்துவை நாதம் உண்ணும் என்று பலவிதமாக சட்ட முனி சொல்லிய பொருள்கள் இரண்டே. அதுவே நாதவிந்து பொருள்கள். அவைகள் ஒன்ருேடொன்று சேருங் காலத்தில் எல்லாம் உண்டாகுமென்பதே கருத்து. அவைகளைச் சேர்த்த அன்றே அவன் சீமான் ஆகிவிடுவானென்று அறிஞர்கள் சொல்ல

லாயினர். அன்றே அவன் சித்தர்கள் கூட்டத்தில் ஒருவனுவான் என்பதாம். ஒன்று இரண்டாகி இரண்டு மூன்ருகி, மூன்று ஒன்ருகி ஒடுங்கும் என்ற நிலையையே சட்டமுனி விளக்குகிருர்.

"நேரப்பா அண்டமொடு பிண்டம் ரெண்டும்
நேர் அறிந்து கொண்டவனே சித்தன் சித்தன்"

என்பதைக் காண்க.

இந்த இரண்டு பொருள்களான அகார உகாரம் ஓங்காரமென்ற ஒரு பொருளிலிருந்து வருவதாம்.

"ஆமெனவும் ஊமெனவு மிரண்டுங்கூடி
அப்பனே ஓமெனவே மூன்றுமொன்ருய்
நாமெனவுந் தாமெனவு மொன்றேயாகும்
நல்லவர்களறிவார்கள் காமிகாணுர்"

என்கிருர் கருவூரார்.

(கருவூரர் பூஜா விதியைக் காண்க)

அந்த ஒன்றே இரண்டாகி விளைகிறது என்பதாம்.

"ஒன்ருகி இரண்டாகி விளைவுமாகி
உத்தமியாள் உட்கருத்தை அறியப்போமோ"

என்கிருர் கருவூரர். அந்த பஞ்சவர்ணமூலி வாலையிலே செனிக்குதென்கிருர் தந்தீஸ்வரர்.

"சாம்பலந்த மூலிவர்ணம் பஞ்சவர்ணம்
சாற்றக்கேள் வாலையிலே தாஞ்செனிக்கும்
பாம்பலந்தக் கருத்தரிக்குங்காலம் பார்த்தால்
பஞ்சகர்த்தாளுருவாகும் பளிங்கிச்சோதி
காம்பலந்த ரவியினிலே சுடரதாகும்"

—நந்தீசர் நிகண்டு. 300

ஆகவே இந்த வாலாம்பிகை யென்பது எல்லோர் கண்களுக்கும் தோன்றக்கூடிய ஒரு பொருள் என்பது தெரிகிறது. ஆனுல் சிவயோகி பார்த்தால்தான் சித்தியாகு மென்று மேலே சொன்னதையும் நோக்கற்பாலது.

அத்தியாயம் 2

ரசவாதத்தின் உண்மையும் அதன் பயனும்

பாதரசத்தைத் தங்கமாக மாற்றும் கலையே ரசவாதம். உண்மையிலேயே இப்படிப்பட்ட கலை ஒன்று உண்டா என்னும் ஐயம் பலருக்கு இருப்பதில் ஆச்சரியமில்லை. ஏனெனில் அப்படிப்பட்ட கலையை இப் பூதக் கண்களால் கண்டால் தவிர நம்ப முடியாது அல்லவா?

ஆனுல் நாம் பார்க்காதவையெல்லாம் இல்லையென்ற பட்டியலில் சேர்ப்பது மடமையாகும். தாயுமானவர், திருமூலர், கோரக்கர், அகத்தியர் முதலிய மஹாஞான சித்தர்கள் இந்த ரசவாதத்தைப் பற்றி வெகுவாகப் பாடியுள்ளார்கள். பாதரசத்தையோ அல்லது மற்ற வெள்ளி, தாம்பிரம், தகரம், இரும்பு முதலிய உலோகங்களைத் தங்கமாக மாற்றுவது அவர்கள் குறிக்கோளல்ல. ஏனெனில் அவர்கள் எல்லாம் துறந்த முனிவர்கள். தங்கம் செய்து கடையில் விற்று உண்டு, உடுத்தி, மக்களுக்குப் பொருள் சேர்த்து வைக்கவேண்டிய அவசியம் அவர்களுக்கு இல்லை.

மற்றும் அவர்கள் பசி, பிணி, மூப்பு, சாக்காடு என்னும் சூலத்திலிருந்து விடுபட்டவர்கள். அப்படியிருந்தும் ரசவாதம் செய்யவேண்டிய அவசியம் அவர்களுக்கு ஏன் வந்தது?

மட்டமான உலோகங்களை எந்த மருந்து தங்கமாக்குமோ அம் மருந்தே நம் உடலையும் தங்கமாக்கக் கூடும் என்பதே அப் பெரியோர்களின் கருத்து. அதாவது நம் உடல் இருள் தேகம். இதில் பலவகையான உலோகங்களும் உள்ளன. ஆனுல் அவைகளெல்லாம் அசுத்த நிலையில் உள்ளன. இந்த ரசவாத சித்தியை அளிக்கவல்ல மருந்து

நம்முடலிலுள்ள அழுக்கை அகற்றி சுத்த சரீரமாக்க வல்லதாம். காய சித்தியை அளிக்கவல்லதாம். நரை, திரைகளை மாற்றவல்லது. முதுமையை மாற்றி இளமையை உண்டாக்கவல்லது. "நமனையே வென்ற மூலி" என்கிருர் அகத்தியர்.

"வெந்தழலினிரதம் வைத்தைந்து லோகத்தையும்
வேதித்து விற்றுண்ணலாம்"—என்றும்

"சந்ததமு மிளமையோடிருக்கலாம்
மற்ருெரு சரீரத்தினும் புகுதலாம்"

—என்று தாயுமானவரும்,

"நீலஞ்சோதி நேரிடை கெந்தகம்
ஏலங்காலுடன் இரதமும் அவ்விடை
கோலநீலிச்சாற்றில் குழைந்துண்ண
பாலனுமாவாய் பார்நந்தியாணையே"

—என்று திருமூலரும்,

"வெள்ளமுதை மூன்று திங்கள் தின்ருயானல்
கள்ளமன்று தேகந்தான் அருணன் போலாம்
காயசித்தியோக சித்திக்கைக்குள்ளாகும்
என்னளவும் பிசகில்லை ஊழிகாலம்
இறப்பின்றிச் சூதமுண்டிருக்கலாமே"

—என்று அகத்திய முனிவரும்,

"நளபதியுமுப்பூவை யுண்டபோது
நரை திரையுமாற்று மல்லோராசனுமே"

—என்று போகரும்,

"விரும்பினே மதியமுர்த கற்பங்கேளு
வேதாந்த கற்பமடா சவர்க்காரந்தான்,
அரும்பினேம் காரமுடன் சாரமாகும்
அப்பனே விந்துவுட நாதமாகும்
கரும்பினேடும் கரும்பு ரசங்கொண்டுவிட்டால்
கனமானயாக்கையது வலுத்துப் போமே"

போமப்பா யாக்கையதற் கழிவோ இல்லை
பொருளான கற்பமடா கொள்ளுகொள்ளு
வாமப்பா மதியமுதர் தங் கொண்டுவிட்டால்
வாரிதியா மஞ்சு வயதாகுமப்பா
நாமப்பா வயது சொல்ல முடியாதப்பா
நமனேது கோடியண்டங் கட்டலாம்பார்
காமப்பால் கானற்பால் ரெண்டுங்கொள்ள
கனமான சூரியன் போல் தேகமாச்சே" —என்று

தன்வந்திரியும், (தன்வந்திரி நிகண்டு 221, 222ம் செய்யுள்) பாடியுள்ளனர். இந்த கானற்பால் காமப்பால் என்னும் ஆதி அந்தத்தை தரிசனம் செய்தாலே சாவு கிடையாதென்று அகத்தியர் சொல்வது வியக்கத்தக்கது. "ஆகாது மயேந்திரமாஞ்சாலக்கூறு ஆதிதொடுத்தந்தம் வரையட வாய் பார்ப்போர்சாகார் உடலழியார் எமன்பால் செல்லார்" என்பதைக் காண்க. (மூலம்-அகத்தியர் பெரு நூல் காண்டம்). இதைப் போன்ற கணக்கற்ற பாடல்கள் எல்லா சித்தர்களும் பாடியுள்ளனர். அவைகளை இங்கு பெருக்கிக்கொண்டே போவதில் பயனில்லை.

நம் நாட்டு சித்தர்கள் காயகற்பத்தை உண்டு காய சித்தி செய்து, யோகசித்தி, ஞானசித்தியைப் பெற்றவர்கள் அவர்கள் சொல்வதில் எள்ளளவேனும் ஐயப்பாடு கொள்ள வேண்டிய நியாயமில்லை.

இந்த காயசித்தியளிக்கும் மருந்துக்கு அவர்கள் முப்பூ என்ற பெயரைச் சூட்டினர்.

நம் நாட்டு சித்தர்களைப் போன்று மேநாட்டு சித்தர்களும் வாத, வைத்திய, யோக ஞானத்தில் சிறந்து விளங்கியுள்ளனர். பலர் இன்றும் இருக்கின்றனரென்பது மரபு. அவர்களும் இந்த முப்பூ என்னும் மருந்தைப்பற்றி நூல்கள் பல எழுதியுள்ளனர். அவர்கள் இம் மருந்துக்கு தங்கள் மொழியில் "Philosopher's stone" (ஞானிக்கல்) "Elixir of

Life" (உயிர் காக்கும் கற்பம்) என்றும் இன்னும் பல பெயர்களைச் சூட்டியுள்ளனர்.

இந்த கற்ப மருந்தை சாப்பிடின் பழைய நகங்கள் கழன்று விழுந்து புதிய நகங்களும், திரை படர்ந்த சருமம் உதிர்ந்து கழன்று புதிய சருமம் உண்டாகும் என்றும், கிழத்தன்மை மாறி இளமை உண்டாகுமென்றும் எழுதியுள்ளனர்.

பார்செல்சஸ் என்பவர் ஜெர்மன் வேதாந்தியும் ஞான சித்தனுமாவர். அவர் 400 ஆண்டுகளுக்கு முன் இருந்தவர். கோர பிணிகளை இந்த முப்பூ என்னும் மருந்தால் இவர் ஆச்சரியமான முறையில் குணப்படுத்தியுள்ளார். இவருக்கு சோதிடத்தில் மிகவும் பற்றுண்டு. இவர் ஒரு சிட்டிகை மருந்தினுல் நூறு பவுண்ட் எடையுள்ள பாதரசத்தை தங்கமாக்கக் கூடியவர். கற்ப முப்பூவைப் பற்றி பெரிய பெரிய நூல்கள் எழுதியுள்ளார்.

ஆனுல் இக்காலத்தைப்போல் அக்காலத்திய மக்களின் மிருக குணங்களைக் கண்டித்தார். அதற்காக அவரை நாட்டைவிட்டு வெளியேறும்படி செய்தனர்.

இம் மருந்தைப் பற்றி அவர் கீழ்கண்டபடி சொல்லுகிறுர்.

"It is endowed with extraordinary powers and perfections, and in it is found a great purity, through which it effects an alteration or cleansing in the body, which is an incomparable marvel...Thus the quinta essentia can cleanse a man's life.

The prima materia can consume a man's old age and confer a new youth upon him. It purifies the whole body & cleanses it of all its filth by developing fresh

young energies. It can remove impurities from man-Down to the nail and the skin-and make him grow anew. Thus it renovates the old body. The Tinctura, the last arcenum is like the rebis-the bisexual creature-which transmutes silver and other metals into gold, it tinges, i. e. it transforms the body removing its harmful parts, its crudity its incompleteness and transforms everying into a pure, noble and indestructible being.

இதைப் போன்றே ஹெர்மஸ், பிளேடோ, மோசஸ், தியோபிராஸ்டஸ், ஆஸ்டேன்ஸ், பேசில் வேலென்டைன், கிளியபேட்ரா முதலிய பெரியோர்கள் இந்த கற்பமருந்தைப் பற்றி நூல்கள் எழுதியுள்ளார்கள்.

144-B. C.யிலேயே சைனு நாட்டில் இந்த ரசவாதம் சிலர் செய்துவந்ததாகத் தெரிகிறது. அந்நாட்டு மன்னரான சியாங் என்பவர் 175-B. C.யில் ரசவாதம் செய்வது சட்ட விரோதமென்று பறைசாற்றியதிலிருந்து அது தெரிய வருகிறது.

கிரீஸ், இந்தியா, ஈஜிப்ட் நாடுகளிலும் அக்காலத்தில் ரசவாதத்தை பெரியோர்கள் செய்துவந்ததாக சாட்சியங்கள் உள்ளன. ஆனுல் எல்லா நாட்டினரும் ரசவாத மருந்தை கீழ்த்தரமான செல்வத்தை சம்பாதிக்கச் செய்யப் புகுந்தாரில்லை என்றும், அவர்களுடைய குறிக்கோள் முக்கியமாக பசி, பிணி, மூப்பு, சாக்காட்டைத் தவிர்க்கவே இம் மருந்தை முடிக்க முயன்றுவந்தனர் என்றும் தெரிகிறது.

1960-ம் ஆண்டு வட இந்தியாவில் ஒரு தனவந்தர் வீட்டிற்கு ஒரு சாது வந்ததாகவும் ஒரு பவுண்ட் பாதரசத்தை ஒரு நொடியில் ஏதோ மருந்தைப் போட்டு தங்கமாக்கினுரென்றும், அத் தங்கத்தை ஒரு பள்ளிக்கு உபயோகப்

படுத்தும்படி சொல்லிவிட்டு இதோ வருகிறனென்று போனவர் திருப்பவில்லை என்றும், எல்லா செய்தித் தாள்களிலும் வந்தது வாசகர்களுக்கு ஞாபகமிருகலாம்.

என் சொந்த அனுபவம்

1951-ல் நான் திருச்சி நகரில் நீதிபதியாகப் பணி யாற்றி வந்தபோது என் உடல்நிலை சரியில்லாமற் போகவே சென்னையில் மயிலாப்பூரில் ஒரு வீடு அமர்த்தி ஓய்வு எடுத்து வந்தேன். பக்கத்து வீட்டில் எப்போதும் புகை வந்தபடியே இருந்தது. விசாரித்ததில் அங்கு ஒரு சாமியார் இருக்கிறு ரென்றும், அவர் ஏதோ மருந்துகளை செய்கிறுரென்றும், சொல்லப்பட்டது. எனக்கு சித்த மருத்துவத்திலுள்ள பற்று அவரிடம் இழுத்துச் சென்றது.

எனக்கும் அவருக்கும் நடந்த வாதப் பிரதிவாதத்தைப் பற்றி நான் இங்கு சொன்னுல் காலம் வீணுகிவிடும். பிறகு நடந்ததைச் சொல்கிறேன். சிறு குடுவையில் பாதரசத்தை ஊற்றி என் முன்னுலேயே ஒரு சிடிகை மருந்தைப்போட்டு தங்கமாக்கிக் காட்டினுர். அப்பொழுதுதான் எனக்கு ரசவாதத்தில் நம்பிக்கைப் பிறந்தது.

அவர் ஏழையாகவே பாண்டியில் 30 வருடகாலம் வாசம் செய்து 1970-ம் ஆண்டு செப்டம்பர் மாதம் என் இல்லத்திற்கு வந்து 1971-ம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் இறுதி யில் பால் அருந்திவிட்டு இரவில் படுத்தவர் காலையில் உன்னதமான நிலைமையில் சமாதி பெற்றுர்.

ஆனுல் இவரிடம் நான் பொன் செய்யும் மருந்தைப் பற்றி கேட்டதே கிடையாது. காலம் வந்தபோது சொல்லலாமென்று அவர் நினைத்திருக்கலாம்.

அவருடைய குறிக்கோள் தங்கம் செய்வதன்று. கற்பசாதனை செய்ய வேண்டுமென்ற அவர் தன்னை இம் மருந்தைக் கண்டுபிடிக்கச் செய்ததென்றும், ஆனுல் 60 வயதிற்குப் பின்தான் இம் மருந்தை உட்கொள்ளவேண்டு மென்ற எண்ணம் தன்னுள் புகுந்ததென்றும், அதிலும் சில இடையூறுகள் நேர்ந்ததென்றும் அடிக்கடி சொல்லி வந்தார்.

ஆகவே ரசவாதம் என்பது ஓர் உண்மையான விஞ்ஞானம் என்று அறிகிறோம்.

அத்தியாயம் 3

கற்பம், ரசவாதம் அறிய தகுதி

ரசவாதம் தெரிந்துகொள்ள வேண்டுமென்ற அவா ஒருவனுக்கு இருப்பின் அவனுக்கு முதலில் குருவினிடம் நம்பிக்கையும், பக்தியும் வேண்டும். குருவை துரோகம் செய்ய எம்மாத்திரமும் நினைத்தல் கூடாதாம். அவருக்கு அன்புடன் பல வருடங்களாயினும் சேவை செய்தல் வேண்டும்.

அகத்தியர் "முப்பூ வழலை சூத்திரம்-12"—என்னும் நூலில் மாணாக்கன் தகுதிகளை கீழ்க்கண்டாறு சொல்லியுள்ளார்.

"தானென்ற அண்டபிண்டம் குருவைச் செய்ய
தவம்வேணுஞ் செபம்வேணுந் தயவுவேணும்
மானென்ற அக்கினியா முறையைக் காண
மதிவேணும், விதிவேணும் வாசம் வேணும்
நானென்ற ஆணவத்தை அடக்கவேணும்
நல்லரிவாற் சாஸ்திரத்தை யுணர வேணும்
தேனென்ற சற்குருவை காக்கவேணும்
சித்தியாம் பன்னிரண்டுஞ் சிறக்க முற்றே"—

என்பதைக் காண்க.

"யோக சித்தியாவதற்கு உலகத்துள்ளே
உத்தமனாயிருப்போர்க்கு அருளுண்டாகும்
மோகமுடன் மெய்ந்நாலும் யோனிக்குள்ளே
மூழ்கினவர்க்காவது தான் நரகமாகும்
வாகுடனே காயமதுயிருக்க வென்றால்
வகையாகக் கற்பமதை யுண்ண வேண்டும்

வேகமுடன் வாலையவன் அருளும் வேண்டும்
வீணான உலகத்தை மறக்க வேண்டும்"

என்று வள்ளுவநாயனார் (பஞ்சசெத்தினத்தில்) சொல்வதை காண்க.

ரசவாத சித்தியடைய விதிவேண்டும். "பாதகர்க்குக் கிட்டாது பயனைக் காணான், பத்தி வைத்து விட்ட குறை பார்த்துத்தேரே" என்று அகத்தியர் சொல்கிறார்.

நவக்கிரகங்களின் அமைப்பு ஒருவன் ஜாதகத்தில் ரசவாத சித்திக்கு அமைந்தாலன்றி அவன் எந்த பாடுபடினும் வெற்றிபெற முடியாதாம். விட்டகுறை இருந்தால் தான் குரு தொட்டுக் காட்டுவார் என்பதாம்.

ஆனால் சிலர் ஓரிரு புத்தகங்களைப் படித்துவிட்டு அதில் முப்பூவின் அருமையை ஒன்றிரண்டாய் அறிந்துகொண்டு அதைக்கொண்டு ரசவாதம் செய்து கோட்டை கட்டவாமென்னும் குறிக்கோளுடன் அலைந்து திரிவார்கள். எல்லாம் தெரிந்தவர்கள்போல் அங்குமிங்கும் சில பாடல்களைப் பாடம் செய்துகொண்டு அலங்காரமாகப் பாடுவார்கள். ஆனால் இப்படிப்பட்டவர்கள் எட்டுரெண்டும் தெரியாத அபக்குவர் என்று அகத்தியர் சொல்கிறார்.

"பேய்பிடித்து சாஸ்திரத்தை உலகத்தோர்கள்
பேணியே படித்திடுவார் பொருளைக் காணார்
வாய்புழுத்த நாய்போல உலகத்துள்ளே
வலிவுநெறி யறியாமல் மாண்டு போனார்
நோய்பிடித்த சித்தர்கள் தான் அநேகருண்டு
நோக்கியே அவர்களிடம் பேசவேண்டாம்
தாயறியாப் பிள்ளையிடம் சேரவேண்டாம்
தண்மையுடன் பூரணத்தைக் காணலாமே"

தாயை அல்லது வாலாம்பிகையை (அண்டத்தை) அறியாதவர்களிடம் சேரவேண்டாம். பல சாஸ்திரத்தைப் படித்துவிட்டு உண்மைப் பொருளை அறியாதவர்கள் செத்தேபோவார் என்று அகத்தியர் சொல்லுகிறார்.

போதுமென்ற மனமே பொன் செய்யும் மருந்தென காலம் கடத்தும் என்னிடம் அன்னபேதி செந்தூரம் செய்யவும் தெரியாத பலர் வந்து "முப்பூ" என்பது என்னவென்றும், துருசு சுண்ணம் முடிப்பதற்கு நல்ல முறை எதுவென்றும், ரசத்தை நீங்கள் கட்டியிருப்பின் எந்த முறையில் கட்டினீர்களென்றும் கேட்டதுண்டு. பிணிகளைக் குறிப்பிட்டு அதற்கு நல்ல மருந்துகள் என்னவென்பதைக் கேட்டது வெகு சிலரே.

இப்படிக் கேட்பவர்கள் அகத்தியர்காலத்திலும் இருந்துள்ளனர் என்பதை, அமுத கலைஞானம் 1200 படித்த பொழுதுதான் அறிந்தேன். அவ்வித நண்பர்களைக் குறை கூறுவதில் பயனில்லையென உணர்ந்தேன்.

"அபக்குவர் தன்மை" என்ற தலைப்பில் அகத்தியர்.

அடுத்துமெள்ள முப்பூவின் விபரங் கேட்பான்
அதன் பிறகு வேதைமுகம் என்னவென்பான்
நடுத்தரமாய் சரக்குவகை பற்பங் கேட்பான்
நலமான செந்தூர முறையைக் கேட்பான்
கருத்ததொரு மெழுகுவகை என்ன வென்பான்
கருவான சரக்குவைப்பு முறையைக் கேட்பான்
விடுத்துமிகச் சொல்லாவிட்டால் போம்போம்
[என்பான்
விதியுண்டானால் வருமென்றெண்ணான் பாரே.

—என்று பாடுகிறார்.

அபக்குவர்களுக்கு இக்கலையை உணர்த்தக் கூடாதென மேனாட்டு ஞானிகளும் சொல்வாராயினர். "இதோடு நிறுத்திக்கொள்ளுகிறேன்; இனிமேற் சொல்வது கடவுள் சம்மதமல்ல; ஏனெனில் முத்துக்களைப் பன்றிகள் முன் போட்டது போலாகும்" என்று பேசில் வேலன்டைன் என்னும் ஞானி சொல்லுகிறார்.

விதியின் தன்மை சாதகமாயில்லாவிடில் பேரளவுக்கு ஒருவன் முயற்சி செய்யினும், இக்கலை அவனுக்குக் கிட்டாதென்று எல்லா மேநாட்டு அறிஞர்களும் சொல்லுகிறார்கள். சைனாவில் நடந்த சில சம்பவங்களைக் கீழே குறிப்பிட்டுள்ளேன்:

"A gentleman of the Imperial Court. Chengwel loved the art of alchemy. He took a wife and secured a servant from a magician's household, after which he tried to make gold according to the recipes of the 'The great Treasure'. but it would not come. His wife however stood by to watch him as she fanned the ashes to heat the retort containing quick-silver. She said, "I want to try to show you something and thereupon took a drug out of a bag and threw a very a little of it into the retort.

It was absorbed and in a short while the contents of the retort had become silver. He was greatly astonished and asked his wife why she had not sooner told him that she possessed the secret. She replied "In order to get it, it is necessary for one to have the proper fate" In other words, a favourable destiny recalling the favourable astrological conditions postulated by later alchemists, is a requisite..."

Alchemy—E. J. Holmyard

ஷடி ஆங்கிலப் பகுதியை சுருக்கமாக தமிழில் மொழி பெயர்த்துச் சொல்கிறேன்.

"செங்வி" என்ற ஒரு ரசவாத ஆராய்ச்சியாளர் இருந்தார். தன்னாலாகாததைத் தன் மனைவி ரசவாத வித்தையை ஒரு நிமிடத்தில் காட்டினார். "செங்வி" அதிர்ச்சி அடைந்து தனக்கு ஏன் இத்தனை காலம் இதைச் சொல்ல

இல்லையென்று அவளைக் கேட்டபோது, ஒருவனுக்கு அக் கலை வெற்றிபெற விதி வேண்டுமென்று அவள் சொன்னாளாம்.

பார்செல்ஸஸ் என்ற உலகப் புகழ்பெற்ற ரசவாதியும் இந்த விதியையும் தகுதியையும் வலியுறுத்துகிறார். இக் கலை கடவுள் அருளினால்தான் பெற முடியுமென்றும், அதை பலாத்காரத்தால் பறிக்க முடியாதென்றும் சொல்கிறார்.

For this art is truly a gift of God. Therefore not every one can understand it. For this reason God bestows it upon whom He pleases, and it cannot be wrested from him by force; for it is His will that He alone shall be honoured in it and that through it His name be praised for ever and ever.

—Parcelsus.

இப்படியே "கோஹங்" என்ற சீன நாட்டு ஞானியும் சொல்லுகிறார். புத்தகங்களில் எழுதியிருப்பவை ஆதியை அறிவிப்பதற்கே. மற்றவை எல்லாம் ரகசியமாகவே வைக்கப்பட்டுள்ளன. அதை குருகுல மார்க்கத்தில் தகுந்த மாணாக்கனுக்கு சொல்லப்படுவதாம். அதற்கு கடவுள் தியானமும் அருளும் வேண்டும். மனிதர்கள் கிரகங்களின் ஆதிக்கத்தில் பிறந்தவர்கள். ரசவாத சித்தி அளிக்கக்கூடிய கிரகங்கள் ஒருவனுக்கு சாதகமாய் அமைந்தாலொழிய எவ்வித முயற்சியும் பயனளிக்காதென்று சொல்லுகிறார்.

"போயாங்" என்பவர் தன் வெள்ளை நாயுடன் சிறந்த மருந்துகளைச் செய்ய மலைமேற் சென்றார். அவருடன் மூன்று சிஷ்யர்கள் சென்றனர். அவர்களில் இருவருக்கு ஆசானிடம் பூரண நம்பிக்கையில்லை. பொன் செய்யும் மருந்தை முடித்ததும் தன் நாய்க்கு கொடுத்துப் பார்த்து

பிறகு நாம் சாப்பிடுவோமென்று ஆசான் சொன்னார். அவ்விதமே நாய்க்கு முதலில் மருந்து தரப்பட்டது. மருந்து உண்ட தட்சணமே நாய் இறந்துவிட்டது.

மருந்து சீறிய முறையில் முடியவில்லை; நாம் சாப்பிட்டாலும் அதே கதிதான் அடைவோமென்றார் குரு.

ஆனால் நீங்கள் சாப்பிடப் போவதில்லையா என்று மாணவர்கள் கேட்டார்கள். நான் எல்லாம் துறந்தவன்; உலகத்தையே வெறுத்தவன்; நான் மருந்தை உண்டு இறந்தாலும் பரவாயில்லை. மருந்து உண்டு சாகா உடலைப் பெறாமல் நான் ஊர் திரும்ப முடியாதென்று சொல்லிக் கொண்டு அவரும் மருந்தை உண்டார். அக்கணமே இறந்தார்.

மூன்று மாணவர்களில் குருவினிடத்தில் அபார நம்பிக்கைகொண்ட ஒருவர் மாத்திரம் ஆழ்ந்து யோசித்தார். நம்முடைய குரு சாதாரண மனிதரல்ல; ஏதோ ஒரு குறிக்கோளுடன் அவர் இறந்திருக்க வேண்டும் என்ற முடிவுக்கு வந்தார். அவரும் அம்மருந்தை உண்டார்; அக்கணமே இறந்தார்.

மற்ற இரு மாணவர்களுக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை. நாயும் குருவும் இறந்ததைப் பார்த்தும் இவன் மருந்துண்டானே யென்று தன் துணை மாணாக்கனைக் கண்டு வியந்தனர். இம் மருந்தைச் சாப்பிடுவது சாகா உடலைப் பெறுவதற்கல்லவா? ஆனால் இம் மருந்து இரண்டு நபர்களைக் கொன்றுவிட்டதே: ஏதோ இந்த அளவுக்கு உயிருடன் இருந்தால் போதுமென்று அவ்விருவரும் நிச்சயித்து அங்கிருந்து புறப்பட்டு, இறந்தவர்கள் சமாதிக்கு வேண்டிய சாமான்களை வாங்கிவர நாட்டுக்குப் போய்விட்டனர்.

அவர்கள் போன பிறகு ஆசான் உயிர்த்தெழுந்தார். ஏதோ ஒரு மருந்தை மாணாக்கன் வாயிலும் நாய்வாயிலும்

போட்டார். இருவரும் உயிர்த் தெழுந்தனர். ஆசான் "பூ" என்ற அந்த மாணவனையும் நாயையும் அழைத்துக் கொண்டு சாகா உடல் பெற்று அவ்விடத்தை விட்டு ஏகினர்.

போகும் வழியிலிருந்த ஒரு மரவெட்டியானிடம் மற்ற இரண்டு மாணவர்களுக்கு நன்றி கூறி ஒரு கடிதத்தை வரைந்து கொடுத்துச் சென்றனர். அக் கடிதத்தைப் பார்த்த மாணவர்கள் இருவரும் தங்கள் வினையை நினைத் துப் புலம்பினர்.

"பாத்திரமறிந்து பிச்சையிடு" என்ற பழமொழி நாட் டில் வழங்குவதைப் பார்த்துள்ளோம். தகுந்தவர்களுக்குத் தான் இக் கலையை உபதேசம் செய்யக் கூடியது. "இஷ் டர்க்குபதேசம் என்னுளுஞ் சொல்லிடலாம்; துஷ்டர்க்கு உபதேசம் ஞானம் சொன்னல் வருமோசம்" என்பதை யும் காண்க.

உடல், பொருள், ஆவியை அர்ப்பணம் செய்து 12 வருடங்கள் தொண்டு செய்த மாணுக்கனுடைய தகுதியை யறிந்து, பிறகு இம் மெய்ப்பொருள் சற்குருவால் உபதேசிக் கப்படுவதாகும்.

ஆகவே இக் கலையில் ஆழ்ந்த நம்பிக்கை அவசிய மாகிறது. அதோடு மாத்திரமல்லாமல் ஆண்டவனை இடைவிடாது அக் கலையை தனக்கு உணர்த்துமாறு பிரார்த்தனை செய்தல் வேண்டுமென்பதை சித்தர்களின் நூல்கள் மூலம் அறிகிறோம்.

மற்றும் துலா ராசியிற் பிறந்தோர்க்கே தீட்சையெல் லாம் சித்திக்கும்; கன்னியா ராசியினருக்கு சொல்லிக் கொடுத்தால் சித்தியாகும், மற்ற பத்து ராசியுடையவர்க்கு மனதை வெளிப்படுத்தமாட்டார்—என்கிறார் அகத்தியர்.

"பாரப்பா துலா மென்ற ராசியோர்க்கு
பருவாகச் சித்திக்கும் தீக்ஷையெல்லாம்
தேரப்பா கன்னியென்ற ராசியோர்க்கு
நேராக மனமுறைத்தால் சித்தியாகும்
சீரப்பா பத்துரைத்த ராசிக் கெல்லாம்
சித்தியாம் மனமுறைக்க மாட்டார் மாட்டார்
காரப்பா தசதீட்சை வந்தோர் பாதம்
காராட்டால் ஒன்றுமில்லை கண்டுதேறே

மற்றும்: —அந்தரங்க தீட்சாவிதி

"அன்பனே உலகத்தில் ஆசைதன்னில்
உழன்றிடுவார்க் கெய்தாது ஒன்றுமப்பா
உண்மையுட நகை நகைத்து மினுமினுக்கி
விழிசிமிட்டி மோகமது பண்ணுகின்ற
விழிமடவார் மாயத்தில் விழுந்தாராகில்

—என்பதை நோக்குக.

அத்தியாயம் 4

முப்பூவின் பெயர்கள்

இதைப் பற்றி சித்தர்கள், ஞானிகள் பலவித பரிபாஷைகளில் சரமாரியாக எழுதியுள்ளனர். அளவில்லாப் பெயர்களிட்டு வாசகர்களுடைய மூளையைக் குழப்பும் நிலையில் இப்பொருளைச் சொல்லியுள்ளனர். சிலவற்றை மாத்திரம் இங்கு குறிப்பிடுகிறேன்.

சல்லிவேர், ஏகமூலி, உவருப்பு, வழலை, அண்டம், பிண்டம், ஆதி அந்தம், மதிரவி, கோஜபீஜம், ரோமம், சவர்க்காரம், ஏரண்டம், பேரண்டம், சிப்பி, நத்தை, கும்பிடுக்கல், யானைக்கல், வெள்ளைக்கல், பச்சைமலப் புளி, நாதம், விந்து, தலைப்பிண்டம், சத்தியுப்பு, சிவஉப்பு, கோரை, கிளிஞ்சி, மகாமகரப்பூ, கன்னி, பழச்சார், திகைப்பூடு, இந்திரகோபம், கருங்கோழி, ஜோதி, சுரோணிதம், திகைப்பூச்சி, கல்லுப்பு, குருவண்டு, பூநீறு, பனிக்குடம், கரியுப்பு என்பதாம்.

இவைகளில் மானிடர்கள், அவரவர்கள் மனதிற்கு ஏற்ற பொருள்களை எடுத்து சுட்டு சுட்டு கரியாக்குகின்றன ரென்றும், இப்படிச் செய்பவர்கள் வீணே பணத்தை இழந்து பைராகிகளாகி திருட்டுத் தொழிலுக்கும் முற்படுகிறார்களென்றும், நம் நாட்டு சித்தர்களும் மேனாட்டு சித்தர்களும் வருந்துகின்றனர். சைன நாட்டில் பலர் ரசவாதம் செய்யும் முயற்சியில் தோல்வியடைந்து ஆண்டிகளாகி விடுகின்றனரென்று 175-B.C.யில் "வெண்" என்னும் அரசர் ரசவாதம் செய்வது பெருங் குற்றமாகுமென சட்டமே இயற்றினராம்.

—(ஹோம்யாட்)

ஆசிரியர் கண்ட அளவில் பல சித்த வைத்தியர்கள் சுட்டு கரியாக்கி தாங்களும் கரியானதுண்டு. சித்தர்களின் பாடல்கள் நான்கு படித்ததும் அவர்கள் எழுதியுள்ள ஞானம், யோகம், மருந்து முதலியன கைவிட்டு ரசவாதத்தை யொட்டிய சில பாடல்களைக் கற்று பொன்செய்யும் மருந்தில் பொருளையும் ஆவியையும் விடுவது சாதாரணமாய் இருந்துவருகிறது. சென்னை நகரில் மாத்திரம் கிட்டத்தட்ட ஆயிரம் கல்வங்கள் (அரைக்கும் கருவி) ரசவாத முயற்சியில் ஓடுகின்றனவென்று ஒரு பிரபல சித்த மருத்துவர் சொல்லிக் கேட்டதுண்டு. அதில் 10-ல் ஒரு பங்கு இருப்பினும் அது வருந்தத்தக்க விஷயமாகும்.

ரசவாதம் சித்தியாவதற்கு அக் கலையில் வெற்றி பெற்ற குருவின் மூலமாய் அறிந்தாலன்றி ரசவாதத்தின் நுனிப்புல்லைக்கூடத் தெரிந்துகொள்ளமுடியாது. ரசவாதத்தில் செலவழிக்கும் பொருளை நல்ல மருந்துகள் செய்து தேர்ச்சி பெற்றால், ரசவாதிகளைப் போல் மறைந்து காலத்தைக் கடத்த வேண்டிய நிலைமையின்றி, மருந்துகள் விற்று செல்வம் சம்பாதித்து அரசர்கள்போல் வாழலாம்; மக்களுக்கு பெரும் தொண்டாகவும் அமையும்.

மேனாட்டு ரசவாத சித்தர்களும் இந்த முப்பூவை பல விதமான பரிபாஷைகளில் எழுதியுள்ளார்கள். அதைத் தயார் செய்யும் முறையை ஓரளவுக்குச் சொல்லிவிட்டு அதற்கு மேல் விரித்துச் சொல்லுவது கடவுள் இச்சையல்ல என்று விடுத்தனர்.

"But to write more about this mystery is forbidden and further revelation is the prerogative of the divine power, for this art is truly the gift of God" என்று ஒருவர் சொல்லுகிறார்.

மேனாட்டு ரசவாதிகள் இம் மருந்திற்கு இயற்றிய பரிபாஷைகள் கீழே காணலாம்.

Philosopher's stone, mercurius, Lapis Philosophorum Mercurias vitate, quinta essentia, silvery water, the divine water, the masculine, faminine, the seed of the dragon, the milk of a cow, gold, salt of tartar, green lion sulphur, bowels of the earth, Elixir of life, water of life sol and luna, spirit of salt; என்ற பல பெயர்களை அவரவர்கள் நினைத்தவண்ணம் இந்த கற்ப மருந்துக்கு பெயர் சூட்டினர்.

நம் நாட்டு சித்தர்கள் பல பெயர்களும் ஒரு பொருளையே குறிக்கும் என்று சொல்லுவது போல் மேநாட்டுப் பெரியோர்களும் சொல்லியுள்ளனர். அதைப் புரிந்துகொள்வதற்காகப் பல நிகண்டுகள், பரிபாஷை விளக்கங்கள் பாடல் வாயிலாக எழுதி வைத்தனர். மேனாட்டு ஞானிகள் பாடல்களாகவும் வசன நடையிலும் எழுதியுள்ளனர்.

ரசவாதத்தில் இச்சையுள்ளோர், பல நூல்களைப் படித்து ஆராய்ச்சி செய்யவேண்டுமென்பதற்காகவே ஒரு சித்தர் பாடும்போது, தான் எழுதிய மற்றொரு நூலைப் பார்க்கும்படியோ, அல்லது மற்றொரு சித்தர் நூலை ஆராயும் படியோ சொல்லியுள்ளார் தன்வந்தரி பாடும்போது மச்ச முனி எழுதிய 800 பார் என்பார். மச்சமுனி பாடும்போது போகர் 700 பார் என்பர்.

மற்றும், அவர்கள் எல்லோருமே "என்னைப்போல் விளக்கமாகவும் தெளிவாகவும் எந்தச் சித்தனும் சொன்ன தில்லை. என்னுடைய நூலை யாருக்கும் காட்டாதே, அப்படிக் காட்டினாயானால் உன் தலை வெடித்துப் போகும்" என்றெல் லாம் எழுதியுள்ளார்கள். உபமானத்திற்கு ஒரே ஒரு பாடல்,

ஒரு பாடல் இங்கு குறிப்பிட்டு நிறுத்திக்கொள்கிறேன். "சிரியதோரிந் நூலை வெளியிட்டாக்கால் சிவனுமையாள் சாபமெத்த தெரிந்துகொள்வாய்; பாரிலிதை வீணருக்கு விள்ள வேண்டாம் பாழ் நரகே யெய்துமிகுப் பார்ப்பாய் நன்றே" என்று நந்தீசர் சாபம் கொடுக்கிறார். இவர்கள் நூல்களை படித்துவிட்டு ஒன்றும் புரியாமல் பரிபாஷை நூலில் விளக்கம் பெறலாமென்று அதைப் படித்தால், மற்றும் குழப்பம் உண்டாவது எல்லோரும் அறிந்ததே. "நான் உனக்குக் கபடமில்லாமல் சொல்லிவிட்டேன்" என்பர். ஆனால் அக் கபடமில்லாமல் சொல்லிய நூலைப் படித்தாலே கண்ணைக் கட்டி காட்டில் விட்டது போலிருக் கும்.

அதேபோல "ஆர்னல்ட்" முதலிய மேனாட்டு ரசவாத ஞானிகளும் சொல்கிறார்கள்.

"I have concealed nothing and kept nothing back but that you should be prepared for hidden reasoning and should also supplement the "Rosary" with a persual of and reflection upon other books."

"நான் உன்னிடமிருந்து ஒன்றும் மறைக்கவில்லை. ஆனால் நீயும் உன்னுடைய பகுத்தறிவை உபயோகிக்க வேண்டும். பரிபாஷையை விளக்கும் நிகண்டுகளையும் படிக்கவேண்டும்" என்று சொல்லுகிறார்.

இப் பொருளை வெளிப்படையாய் அப் பெரியோர்கள் எல்லோரும் சொல்லாமற்போனதற்குக் காரணம் மேலே குறிப்பாக எழுதியுள்ளோம்.

மனிதர்களில் பலர் இயற்கையாகவே பேராசைப் பிடித்தவர்கள். துன்மார்க்க எண்ணங்களையும், செயல்களை யும் உடையவனுக்கு இப்படிப்பட்ட உயர்ந்த கலை கிடைத்து விட்டால் இரண்யகசபு, இராவணன் முதலியோர் செய்த

அட்டூழியத்தைப் போல் இவ்வுலகத்தையே நடுங்கச் செய்து தாங்களும் மாண்டுபோவர் என்பதாம். சாகா வரம் பெற்ற இராவணன் முதலியோரும் இயற்கைக்கு விரோதமாய் நடந்ததினால் உண்டான கேடுகளைப் புராண மூலமாய் பெரியோர்கள் நமக்கு அறிவித்துள்ளதைப் பார்த்துள்ளோம்.

அதைப் போலவே மேநாட்டு அறிஞர்கள் சொல்வதையும் சற்று பார்ப்போம்.

"When the philosophers had discovered it with great diligence and labour, they straightaway concealed it under a strange tongue and in parables lest the same should become known to the unworthy and the pearls be cast before swine, for if everyone knew it all work and industry would cease; man would desire nothing, people would live wickedly, and the world would be ruined, and seeing that they would provoke God by reason of their avarice and superfluities. For eye hath seen, nor ear heard nor that the heart of man understood what heaven hath naturally incorporated some of the qualities of this spirit, to the honour of God, that the pious may reverentially praise him in His gifts.

அதாவது ஞானிகள் வெகுபாடுபட்டு தெரிந்து கொண்ட பொருளை பலவிதமான பரிபாஷைகளைக் கொண்டும், பழமொழிகளைக் கொண்டும் எழுதிவைத்தனர். ஏனெனில் வீணர்களுக்கு இப்பொருள் தெரிந்ததானால் உலகமே அழியக்கூடிய நிலைமையில் வாழ்க்கையை துன்மார்க்க ரீதியில் நடத்துவர். பன்றிகளின்முன் முத்துக்களை எறிந்தது போலாகும். சன்மார்க்கர்கள் ஒருவரே இந்த பொருளின் பெருமையையறிந்து அதை சிருஷ்டித்த ஆண்டவனை போற்றுவர். உலகோர் இதன் பெருமையை

இந்த பொக்கிஷத்தின் தன்மையை அறியமாட்டார்கள், என்பதாம்.

இப்படிப்பட்ட துன்மார்க்கர்கள் அழிந்து போகட்டுமென்றே சித்தர்கள் பரிபாஷை பெயர்களால் இப்பொருளை மறைத்தனர் போலும். வேண்டுமென்றே சில இடங்களில் அமுரி என்பது மூத்திரமென்றும், சில இடங்களில் கள் என்றும் எழுதி அதைக் குடித்து மடியட்டுமென்று நினைத்தனர் போலும்.

"பூதலத்தில் அநேகங்கோடி புண்ணியராய் போவாரென்று
வாதவித்தை யென்ற தொருமாய்கை தனைக்காட்டி வைத்தால்
சாதகத்திலே தெளிந்ததன்மை யோரிதைத்தேடார்
பாதகத்திலாழ்ந்திேனோர் பாரிர்க்காணவாகுமோ"

ஆன்மீக சாதகர்கள், ஆபாசங்களை வெறுத்தோர் ரசவாத வித்தையைத் தொடார். அது அவர்களுக்கு தானாகவே கிட்டும். பாதகத்தில் ஆழ்ந்த உலகோருக்கு இது கிட்டாது என்கிறார் திருவள்ளுவர்.

(பஞ்சரெத்தினம் 500)

மற்றும் கவனியுங்கள்

"குவித்திருக்க வேணுமடா மலை போல் தங்கம்
கொண்ட பெண்டாட்டியர்க்கோ கூத்தியர்க்கோ
தவத்தையனுசரிப்பார்க்கு சொன்ன வித்தை

என்கிறார், ஒரு சித்தன்.

தவத்தோர் இந்த ரசவாத மருந்தை கற்பமாகக் கொண்டு சாகா உடலைப் பெறுவதற்கே ஆண்டவன் அண்டத்தை உலகில் படைத்து வைத்தான். பெண்டாட்டி பிள்ளைகளுக்கும் வேசியர்க்கும் தங்கமலைகளைக் குவித்து எக்காளம் போடுவதற்கல்ல என்பதை நோக்குக.

அத்தியாயம் 5

முப்பூ—என்பதுதானென்ன?

வாசகர்கள் இந்த சந்தர்ப்பத்தில் இந்நூலின் முக வுரையைப் படிக்கும்படி வேண்டுகிறேன். குரு முடிப்பதற்குப் பலர் வழி தவறி, சாத்திரத்துக்கு விரோதமாய் கண்ட கண்ட பொருள்களைக் கையாண்டு ஏமாந்து போகாம லிருப்பதற்கே முக்கியமாக இந்நூல் எழுதப்படுகிறது என்று சொன்னோம். மெய்ப்பொருளை அறிய முடியாமற் போவது பற்றி நஷ்டமில்லை. ஆனால் ஒன்றைவிட்டு மற்றொன்றுபற்றி வீண்காலம், வீண் பண விரையம் செய்யாது தடுக்க முடிந்தால் தடுக்கச் செய்வதே இந்நூலின் குறிக்கோளாகும்.

சாதாரணமாய் முப்பூ ஆராய்ச்சியாளர்கள் பலர், கையாளும் சரக்குகள் சித்தர்கள் சொன்ன முப்பூவின் பொருள்தானவென்பதை இங்கு ஒவ்வொன்றாக எடுத்து ஆராய்வோம்.

பூ நீர்

பலர் சவுட்டு மண்ணில் பூக்கும் கண்ணும்பை பூ நீர் என்று கருதி, அதை எடுத்து பனி நீரால் சிலரும், குழந்தை கள் மூத்திரத்தால் சிலரும், மழை நீரால் சிலரும், கரைத்து வடித்து உலர்த்தி தசதீட்சை செய்துகொண்டு இதுதான் முப்பூ என்று காட்டுகிறார்கள்.

இதற்கு ஆதாரம் ஞானக்கும்மி என்று கருதுகிறார்கள் போலும்.

"கோவானூருப் பொட்டலிலே
குண்டு மேனியம்மன் சந்நிதியில்
சாகா மூலி முளைத்திருக்குது அதைச்
சார்ந்து பாரடி—ஞானப் பெண்ணே"

என்ற பாடலேயாம்.

பலர் கோவானூருக்குப் போய் இரவு கண்விழித்து விடியற்காலையில் அங்கு பூர்க்கும் சவுட்டு மண்ணை வாரி ஜாடியில் கொண்டு வருகின்றனர். ஆனால் மேற்சொன்ன பாடலில் உள்ள பொருளை ஊன்றிக் கவனித்தால், பூநீர் பொட்டலில் உள்ளதன்று என்பது தெரியும். குண்டு மேனியம்மன் சந்நதியில் உள்ளதென்று சொல்லியுள்ளதே தவிர, பொட்டலில் உள்ளதென்று சொல்லவில்லையே!

இங்கு அகத்தியர் பாடலைச் சொல்லிவிட்டுப் பிறகு விளக்கங் கூற முற்படுவோம்.

"வளமையென்ற அண்டமென்றால் முட்டையல்ல
மானிடர்கள் மண்டையல்ல உவர் நீரல்ல
இணையான ரோமமல்ல கண்ணீரல்ல
ஈசன் விந்து சூதமென்பர் அதுவுமல்ல
தளிரான மூலிகையு மதுவுமல்ல
சமாதிநிலை பூணுப்புத் தானுமல்ல
குளமான சுக்கிலத்தின் கூறுமல்ல
கொடியதொரு சுண்ணம்புக் கூட்டந்தள்ளே."

"தள்ளப்பா உவரல்ல துருசுமல்ல
சவுக்கார மண்வேகச் சத்துமல்ல
விள்ளப்பா ஆணல்ல பெண்ணுமல்ல
வெடியுப்பு கறியுப்பு விஷநீரல்ல
கொள்ளப்பா ரத்தினமல்ல மலைதானல்ல
கோசமல்ல அஸ்தியல்ல குருவண்டல்ல
என்னப்பா வஸ்துவல்ல சிறு நீரல்ல
ஏதென்றால் பஞ்சபூதத்தி லொன்றே."

"பாரப்பா பிண்டத்தைச் சொல்லவென்றாற்
பாரமில்லை சாரமில்லை பயனொயில்லை
பேரப்பா பெண்ணில்லை பெண்ணான்பெற்ற
பிள்ளையில்லை கருவில்லை சிசுவுமில்லை
கூரப்பா மங்கையர்கள் தூரமான
குருதியில்லை கும்பிடுகல் பூமியில்லை
வாரப்பா பலசீவ செந்துமில்லை
மதுவில்லை மலமில்லை வகையாய்க்கேளே."

(முப்பூ வழலை சூத்திரம்-12)

"வாதமென்ன முப்பூ என்ன வந்தவரலாறுவென்ன
பூதமஞ்சினாலுதித்த பூரணத்தைக் காண்கிலரே."

—ஞானவெட்டியான்

"புத்தியில்லா பாவிகள் மண்பூ நீர்வாரி
பனிதண்ணீரால் கலக்கி வெளியில்வைத்து
சித்தமதுதான் கலங்கி முப்பூவென்றும்
சிறந்த சரக்கத்தனையும் சுட்டுப்பார்த்து
பித்தமதுதான் பிடித்து நோயால்மாய்ந்து
பிணமாகிச் சுடுகாடு போனார்தானே.

—(அகத்தியர் அந்தரங்க தீட்சாவிதி)

"ஊரப்பா உவர்மண்ணை வாரியென்ன
உள்ள படிவா தமதுக்கா தப்பா" (ரோமரிஷி. 57)

என்னும் பாடல்களைப் பார்த்தால் பூநீறு என்பது உவர் விளையும் இடத்தில் எடுக்கும் மண்ணல்லவென்பது விளங்குகிறது.

மலம்-சிறுநீர்

மேற்கண்ட பாடல்களில் முப்பூ என்பது மலமல்ல சிறுநீர் என்னும் மூத்திரமல்ல என்பது நன்கு விளங்குகிறதல்லவா! மூலப்புளி என்பது மனிதன் மலமென்றும், சிறு

நீரென்பது மூத்திரமென்றும் பொருள் கொண்டு, சிலர் தங்கள் மலத்தையும் சிறுநீரையும் வீண்போகாமல் பிடித்து இரண்டையும் கலந்து உட்கொள்வது கற்பமருந்தென்று உண்பவர்கள் இவ்வையகத்தில் உள்ளனர் என்பதைச் சொல்லும்போது வாசகர்கள் ஆச்சரியப்படத் தேவையில்லை.

1959ம் வருடம் நான் மாவட்ட குற்ற இயல் நீதிபதியாய் கடலூரில் இருக்குங்கால் என் வீட்டிற்கு 35-வயதுடைய ஒருவர் வந்து முன்னாள் முதல் அமைச்சர் O. P. ராமசாமி ரெட்டியாரை தனக்கு தெரியுமென்றும், தன்னுடைய குரு ஓர் மஹானென்றும், அவர் O.P.R. வீட்டில் வடலூரில் தங்கியிருப்பதாகவும் சொன்னார். தான் பிரம்மச்சாரியென்றும் சிறுநீரே கற்ப மருந்தென்றும் தன் மூத்திரத்தை தான் ஒரு சொட்டுகூட கீழே விடாமல் சாப்பிட்டு வருகிறாரென்றும் சொன்னார். நான் ஒன்றும் பேச முடியாத நிலைமையில் இருந்துவிட்டேன்.

10 நாட்கள் கழித்து வடலூருக்கு எப்பொழுதும்போல் ஓ. பி. ஆரைப் பார்க்கச் சென்றிருந்தேன். அவ்வமயம் அம்மஹானைப் பற்றி விசாரித்தேன். "ஆமாம் இங்கு தானிருந்தார். ஆனால் நானே அவரை விரட்டிவிட்டேனென்றார் ஓ.பி.ஆர்." ஏனென்றேன்.

"என்னய்யா! அவர் வீட்டையெல்லாம் துர்நாற்றம் அடிக்கச் செய்துவிட்டார். ஒரு நாள் பார்த்தேன். ஒரு கிண்ணத்தில் தன் மலத்தையும் மூத்திரத்தையும் போட்டு கலந்து சுடவைத்துக்கொண்டிருந்தார். இதென்னவென்று கேட்டபோது, இதுதான் சித்தர்கள் சொன்ன கற்பமென்று சொன்னதும் எனக்கு அடங்கா கோபம் வந்துவிட்டது. ஐயா! நீங்கள் உடனே இவ்விடத்தைவிட்டு விலகுங்களென்று சொல்லிவிட்டேன்; அப்பொழுதே போய்விட்டார்" என்று சொன்னார்.

இந்த சம்பவத்தை ஒரு மகானிடம் சொன்னேன். அவர் அதற்கு சுருக்கமாய் ஒரு பதில் அளித்தார். "அவர் முன்சென்மத்தில் நாயாய் இருந்திருப்பார்" என்று சொல்லி முடித்துவிட்டார். ஆயினும் அவ்வித விகாரமான பொருளை சாப்பிடுவதற்கு ஏதாவது பரிபாஷை பாடல் இருந்திருக்க வேண்டுமென்ற ஐயம் எனக்கு இருந்தது. எதிர்பாராது திருவள்ளுவ நாயனார் இயற்றிய கற்பம்-300ல் கீழ்க்கண்ட பாடல் கிடைத்தது.

"மலசலமும் பானையிலே பிடித்துவைத்து
வாலையது வைத்துமே மருவிக் காய்ச்சு"

என்றதே அப்பாடல். அதில் கற்பம் ரசவாதம் முடிந்து போகும் என்றுள்ளது. இந்த பாடல் பரிபாஷை என்பதறியாத பாமரர் அந்த சாமியார் என்று புரிந்தது.

தென் ஆப்பிரிக்காவிலிருந்து ஓர் ஐரோப்பிய நாட்டு இளைஞர் ஒருவர் அதே வருடத்தில் கடலூருக்கு வந்திருந்தார். என் வீட்டிற்கு வந்தார். அவர் நம் நாட்டின் சித்தர்கள் கொள்கையில் மிகவும் ஆர்வங்கொண்டவர். வயது 30 இருக்கும். திடகாத்திரமான உடல். ஆசனங்கள் செய்வதில் நிபுணர். 10 வருடங்கள் கழித்து சென்னையில் நான் பிரதம மாகாண மாஜிஸ்ட்ரேட்டாக உள்ளபோது அவர் என்னைச் சந்தித்தார்.

அவர் கற்ப மருந்தைப் பற்றிப் பேசத் தொடங்கினார்.

என்ன சார்! தாங்கள் திருக்கோயில் என்னும் மாத இதழில் அமுரியென்பது மனிதன் சிறுநீரல்லவென்று எழுதியுள்ளீர்களே! அப்படியாயின் அது வேறென்னவாயிருக்க முடியும் என்று கேட்டார்.

எனக்கு அவர் கேட்ட கேள்வியிலிருந்து ஐயம் உதித்தது. திடகாத்திரமாக இருந்த அவர் உடல் எலும்பும்

தோலுமாய் இருந்ததைக் கண்டேன். மூத்திரத்தைக் குடிப்பவர்கள் அவ்வித சொருபமடைவார்களெனக் கேள்வி.

ஆமாம். தாங்கள் உண்மையைச் சொன்னால் நன்றாயிருக்கும், "நீங்கள் மூத்திரத்தை குடிக்கிறீர்களா"—என்று கேட்டேன்.

ஆமாம் என்றார். இப்பதில் எனக்கு அதிர்ச்சியைத் தந்தது. நிரபராதியாய் இந்நாட்டிற்கு உண்மையை அறிந்து போகவந்த ஆள், உருப்படியாய் ஊர் திரும்பிப் போவதெப்படி என்ற கவலை என்னை வாட்டிற்று.

ஐயா! "அமுரிகற்பம்" என்பது சிறுநீரல்ல. சித்தர்கள் மூத்திரத்தைக் குடித்து சாகா உடலைப் பெற்றனரென்பது மடமை. என்னுடைய ஆராய்ச்சியில் அது மூத்திரமல்ல என்பதைத்தான் நான் சொல்ல முடியும். மேனாட்டு அறிஞர்களும் "வாடர் ஆப் லைப்" (Water of Life) என்று சொன்னதும் மூத்திரமல்லவென்று எழுதியுள்ளனர், என்று சொன்னேன்.

அவருடைய வினா நான் சொன்ன பதில் அவருக்கு ஏற்கவில்லையென உள்ளூர உணர்ந்தேன். உண்டி அருந்தி விட்டுப் போயினர். மறுபடியும் அவரை இன்று வரையில் பார்க்கவில்லை.

திருவள்ளூர் நகரில் C. V. நாயுடு என்ற வழக்கறிஞர் ஒருவர் இருந்தார். அவருக்கு ரசவாதப் பித்து உண்டு. நான் அவ்வூரிலும் நீதிபதியாகப் பணியாற்றியுள்ளேன். 1956ம் வருடம் அரக்கோணத்தில் சித்த வைத்திய மாநாடு ஒன்று நடந்தது. அச்சமயம் அவரை சந்தித்தேன். தான் முப்பூவைக் கண்டுபிடித்து விட்டதாகவும், தன் ஊருக்கு வந்தால் அதைக் காட்டி விளக்கம் தருவதாகவும் சொன்னார். அவருடன் போனேன். வீட்டு மாடிக்கு அழைத்துச் சென்றார். பீங்கான் தட்டுகள் 10, 15 வெய்யிலில் வைக்கப் பட்டு அதில் மூத்திர நாற்றமுள்ள நீர் உலர்ந்துகொண்

டிருந்தது. "இதென்ன சார்" என்றேன். இதுதான் முப்பூ. அடியில் உறைந்திருக்கும் உப்புதான் அது. இந்த நீரும் உப்பும் சேர்ந்துதான் கற்பமென்றார். அவர் வீட்டினுள் நுழையும்போதே மூத்திர நாற்றம் அடித்ததற்குக் காரணம் அப்பொழுதுதான் உணர்ந்தேன்.

அவர் சுமார் 15 வருடங்களாக தன் மூத்திரத்தைக் கீழே விட்டதில்லையாம். எல்லாவற்றையும் உலர்ந்தி முப்பூ ஆராய்ச்சியில் ஈடுபட்டிருந்தாரென்பதை அறிந்தேன். அவர் 1964—65-ல் இறந்துவிட்டார்.

ஆகவே என்னுடைய குறுகிய அனுபவத்தில் மூத்திரத்தைக் குடித்தும், வேறுவிதமாக மருந்துகளுக்கும் உபயோகப்படுத்துபவர்கள் பலரைப் பார்த்துள்ளேனென்றால், பார்க்காதவர்கள் எண்ணிக்கை ஆயிரமாயிரமாயிருக்கலாமெனத் தோன்றுகிறது.

"அமுரி" என்பது மூத்திரமல்லவென்பதற்கு முடிந்த வரை மற்றும் சில ஆதாரங்களைக் காட்டவேண்டிய நிமித்தம் ஏற்பட்டுள்ளது.

பாருமே சவுக்காரத்தின் பதிவானபூநிரை அளந்துவிட்டு
நேருமே மூத்திரத்தை யூற்றச்சொல்லி
நினவரமா எண்ணெய்விட்டு செய்யச் சொல்லி
காருமே கன்னத்திற் தாளிக்கச் சொல்லி
களிபெற மறைவாகச் சொல்லிப் போட்டார்
நாருமே சவுக்காரம் கெட்டுப்போச்சு
நலமான வழலையென்ற நாமம் போச்சே"

—யூகிமுனிச் சுருக்கம்

மூத்திரம் பட்டால் எல்லாமே போச்சென்கிறார் யூகிமுனி.

"என்னப்பா வஸ்துவல்ல சிறுநீரல்ல" என்னும் அகத்தியருடைய பாடலையும் ஞாபகப்படுத்திக்கொள்ளவும்.

அமுரிக்கு சிவநீரென்ற ஒரு பெயருமுண்டு. அந்த சிவநீரை ஒரு ஆண்டு கொண்டால் காயம் பொன் போலாகும்; எமனுக்கு உன்னிடம் வேலையில்லையென்கிறார் திருமூலர். கீழே பாருங்கள்.

"தெளிதருமிந்தச் சிவநீர்பருகில்
ஒளிதருமோ ராண்டிலூனமொன்றில்லை
வளியுறு மெட்டின் மனமதொடுங்கும்
குளிதருங்காயம் கனகமதாமே" என்பதை நோக்குக.

பல ஆண்டுகளாக மூத்திரத்தைக் குடித்து இறந்தார்களே தவிர எங்கே உடல் பொன்னாயிற்று. மண்தானாயிற்று. ஆகவே சாத்திரங்களை ஐயமற ஆராய்ச்சி செய்தல் நலம்.

இதோடு நிறுத்தினால் போதாது என நினைக்கிறேன். ஏனெனில் இந்த மூத்திர சர்ச்சை ஓயாது இருக்கிறது. பிரதம மந்திரியாயிருந்த மொரார்ஜி தேசாய் அவர்களே மூத்திரத்தை கற்பமாக சாப்பிடுகிறாரே; அவர் தெரியாமலா சாப்பிடுவாரென்ற கேள்வி பலர் கேட்கிறார்கள். அவர் சித்த சாத்திரங்களை படித்தவரல்ல; யாரோ சொன்னதைக் கொண்டு சாப்பிடுகிறார். எத்தனையோ வருடங்களாக சாப்பிடுகிறார். அவர் உடல்நலம் தங்கமாயிற்றாவென்பதைப்பற்றி சிந்திக்கற்பாலது.

மிகவும் படித்து "சிவபிரம்ம ரகசியம்" என்ற நூலை சச்சிதாநந்த யோகீசுவரரென்பவர் எழுத, அதில் அமுரி என்பது மூத்திரந்தான் என்று ஆதாரங்களுடன் எழுதி அவரும் அதைக் குடித்து 67-ம் வயதில் இறந்துவிட்டார். அவர் மூத்திரம் அவருடைய உயிரை பாதுகாக்கவில்லை. உடல் நாற்றம்தான் மிச்சமாயிற்று. அப் புத்தகத்தை படித்து கெட்டவர்கள், கெடுவோர் பலர்.

யாகோபு ராமதேவர் அமுரியென்பது மூத்திரந் தாண்டா என்று ஓரிடத்தில் சொல்லியுள்ளார். இது மறைப்பு

வார்த்தை. சுத்த கங்கை, சிவநீர், ஊசிநீர், ஆகாய கங்கை உதகநீர், உமிழ்நீர், சாகரநீர், காடிநீர், கடல்நீர் என்று அமுரிக்கு அனந்த நாமங்கள் உண்டு.

அமுரி மூத்திரத்தைப் போல் வாலையை விட்டு இறங்குமாதலால் அதை ஒரு குறிப்பாக சொன்ன வார்த்தை.

''சுத்தகெங்கை சுகாதீதக் கருதிகள்
மெத்தமெத்த விதங்கள் விளம்பிடும்
நித்தம் நமதில்லில் நிலவிய நீரெனச்
சித்தர்செப்பும் மறைப்பது ஆண்டையே''

என்று திருவள்ளுவ நாயனர் (பஞ்சரெத்தினம். 500) எச்சரித்துள்ளார். யாகோபு அது கள்ளுதாண்டா என்று ஒரு இடத்தில் சொல்கிறார். மூத்திரத்தை குடிப்பதைக் காட்டிலும் கள்ளைக் குடித்தாலும் போதையையாவது அனுபவிக்கலாமே! அதைவிட்டு சிறுநீரை ஏன் பிடிக்க வேண்டும். மற்றும் பாருங்கள்.

''சந்திரபுஷ்கரணி தீர்த்தமும்
சலியாத பானமும் கள்ளுதான்
சுந்தரமாகவும் பிண்டத்தில்
தோன்றுமே கண்டத்தானமே
சிந்தையாலறி சிவராஜ யோகமாம்
சித்விலாச நற்சாதனை
புந்தியோடு புரிந்ததால் சுத்தப்
புனிதனுகவும் வாழலாம்'' (பஞ்சரெத்தினம். 500)

இப்பாடலைக் கொண்டு அமுரியென்பது கள்ளுதானென வாதிக்கலாமல்லவா? அதே பாடலில் இந்த சந்திர புஷ்கரணி என்னும் தீர்த்தத்தை உன் சிந்தையாலறிந்து கொண்டால் சிவராஜ யோகம் வாய்க்கும். அன்றி புனிதனுக வாழலாமென்கிறார். மூத்திரத்தை குடித்து அல்லது கள்ளைக் குடித்து புனிதனுக முடியுமா?

மூத்திரமென்பது அமுரிக்கு பரிபாஷை. அமுரியை மூத்திரமென்று சொன்னது பதினெண் சித்தர் கருதியே செய்த கபடு என்கிறார் திருவள்ளுவ நாயனர். பார்ப்போம் அவர் செய்யுளை,

''சுருதிமாமொழி மூத்திரமெனச் சொல்லும்
சாகரமமுரியே
வருதியேதிதன் மார்க்கமே கண்டு வாய்மையா
யுலகெய்தினல்
நிருதிமேவியிழைக்குமே யிதன் நிட்சயம்
பதினெண்சித்தர்
கருதியே செய்த கபடுகண்டனர்காக்ஷி கூடுவ
ராண்டையே''

இந்த சலத்தை காலை மாலை சாப்பிடின் அஷ்டமா சித்திகள் லபிக்கும்; இதற்கிணை இந்த பூமியில் எதுவுமே யில்லை; இது தேவர்களுக்கும் கிட்டாதென்கிறார் திருவள்ளுவர்.

பஞ்சரெத்தினம், அகத்தியர் அந்தரங்க தீட்சாவிதி, திருவள்ளுவ நாயனர் - கற்பம் 300, முதலிய நூல்களை ஆழ்ந்து படிப்பின் உண்மைப் பொருள் விளங்காவிடினும் அமுரியென்பது மூத்திரமல்லவென்பது விளங்கும்.

மற்றொரு பாடலை மாத்திரம் இங்கு மொழிந்து நிறுத்திக் கொண்டு மேனாட்டு அறிஞர்கள் என்ன சொல்கிறார்களென் பதை குறிப்பிட விரும்புகிறேன்.

''தானுன அமுரியடா அகாரமாச்சு
சங்கையுடன் அகாரமதை தானேதானுய்
வாரான கேசரியை தியானம் பண்ணி
வரிசையுடன் இராப்பகலும் தானே மாற
ஊனுன தேகமதில் நின்ற பீடை
உத்தமனே அப்போதே விலகிப் போச்சு
வினுன பீடையது விலகிப் போனல்
வேதாந்ததேகமது சித்தியாச்சே''

(அகத்தியர் அந்தரங்க தீட்சாவிதி)

ஆகவே அமுரியை ஒரு வருடங்கொண்டால் தேகம் சித்தியாச்சென்கிறார் அகத்தியர்.

மூத்திரத்தை குடிப்பவர்கள் இதை சிந்திக்கற்பாலது.

அமுரியைப் பற்றி மேநாட்டு அறிஞர்கள் என்ன சொல்கிறார்கள் என்பதை கவனிப்போம்.

Sendirvoguies declares "Our water is heavenly, not wetting the hands, not of the vulgar, but almost rain water."

நம்முடைய தண்ணீர் ஆகாயத்திலுள்ளது. அது கையில் ஒட்டாது. ஆனால் அது நம் பூமியில் இருக்கும் அழுக்குத் தண்ணீரல்ல; அது மழை சலம் போன்றது என்று சொல்கிறார் செண்டி கோவஸ் என்ற மேதாவி.

ஐயோ! இந்த நீர் கிடைக்கும்போது மனிதர்கள் செத்துப் போகிறார்களே என்று வருந்துகிறார் ஆல்பெர்ட் என்ற ஞானி.

பேசில் வேலண்டைன் என்னும் மேதாவி சொல்கிறார். "For want of knowing the secret fire of the wise, a water white wets not the hands, and which by a magical union of the dry water of the sea of the wise, is dissolved into a viscous water—into a mercurial liquor which is the beginning, the foundation and the key of our Arts."

அதாவது இந்த தண்ணீர் நம்முடைய கலைக்கு முதன்மையானது. இது தன்னுள் நெருப்பையும் பெற்றுள்ளது. இதை குழம்பாயுள்ள தண்ணீரில் கலக்கி முறைப்படி தயார் செய்ய வேண்டும். இந்த தண்ணீர் கையில் ஒட்டாதென்கிறார். மூத்திரம் இந்த குறிப்புகளுக்கு ஒத்துவருமா! யோசியுங்கள்.

இப்படி பல மேதாவிகள் இந்த நீரைப் பற்றி வெகுவாகப் புகழ்ந்து பேசியுள்ளனர். இந்த நீரால் தொழுநோயை ஒரு வாரத்தில் குணப்படுத்தலாமென்றும், மற்ற எந்தவித நோயாயினும் தவிடு பொடியாக்கலாமென்றும் சொல்கின்றனர்.

மூத்திரத்தைக் கொண்டு பல நோய்களை குணப்படுத்தியுள்ளதாக சிலர் பிதற்றுவது அசம்பாவிதம்.

நம்முடைய இதிகாச புராணங்களில் பல உண்மைகளை கதைகள் வாயிலாக புகுத்தி வைத்தனர்.

பகீரதன் தன்னுடைய உடன்பிறந்தோர் (சகரர்) ஆயிரம் பேர்கள் போரில் மாண்டதை சகிக்க முடியாமல் அவர்களை எப்படியாவது உய்ப்பிக்க நிர்மானித்து அகோர தவம் செய்தான்; சிவன் தரிசனம் தந்தார். என்னுடைய உடன்பிறப்புகளை உயிர்பிச்சைத் தரவேண்டுமென்று கோரினான் பகீரதன்.

ஈசுவரன் வரன் தந்தார். உடனே கெங்கா தேவியை கீழிறங்கிவர உத்திரவிட்டார். கைலாய உச்சியிலிருந்து கெங்கை அதிவேகமாக இறங்கினாள். அந்த வேகத்தை பூமி தாங்காதென நிச்சயித்த ஈசுவரன் தன் சடைமுடியால் கெங்கையைத் தாங்கி தன் முடிவழியே கெங்கையை பூமியில் இறங்கச் செய்தார். அந்த கெங்கைதான் இன்று கெங்கா நதியென மக்கள் நம்புகின்றனர்.

ஈசுவரன் கெங்கையை பூமியில் இறக்கியதும் அந்த நீர் வெள்ளமாகப் புரண்டு சவங்களாகக் கிடந்த சகார்கள் மேல்பாய்ந்தது; அவர்கள் உடனே உயிர்கொண்டு எழுந்தனர் என்பது புராணம்.

நம் கெங்கை நதியில் நாள் ஒன்றுக்கு ஆயிரக்கணக்கான பிணங்களைத் தள்ளி விடுகின்றனர். ஒருவராவது உயிர் கொண்டு எழுந்தனரா? மற்றும் இந்த கெங்கை, மண்ணும் சாக்கடையும் கலந்த நீர் என்பது நமக்கெல்லோருக்கும் தெரியும்.

ஆனல் சித்தர்கள் சொல்லும் அமுரி என்னும் கெங்கை பரிசுத்தமானது. சுத்த கெங்கை என்பர். அதில் மாசு, மருவென்பது கிடையாது. இறந்தவன் வாயில் ஊற்றினல் எழுந்து பேசுவானென்றுகூட சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். சாகா உடலை கொடுக்கவல்லது.

"மாதமுத கண்ணீர் சோதிமயமாமே" என்று அமுரியைப்பற்றி நாயனர் சொல்கிருர். ஆகவே அது சோதி நிறமானது. அதை சமையல் செய்தால் ஏழுவித நிறங்களுடன் பிரகாசிக்கும். அதனல் ஏழுவித நிறங்களைப் பெற்ற சூரியன் என்ற நாமம் அமுரிக்கு சூட்டினர்.

இன்னும் கணக்கற்ற பாடல்கள் இந்த அமுரியைப்பற்றி உள்ளன. அவைகளுக்கு இங்கு இடம் போதாதென நிறுத்திக் கொள்கிறேன்.

அண்டக்கல்

"அண்டக்கல்" என்பது சவுட்டு பூமியில் தோண்டி எடுக்கக்கூடிய வெள்ளைக்கல் என்று பலர் கருதுகின்றனர். அந்த சுண்ணும்புக் கல்லை தூள் செய்து தண்ணீரில் அல்லது மழை ஜலத்தில் கரைத்து தெளிவிருத்துக் காய்ச்சி அந்த சுண்ணும்பை முப்பூ என்று சொல்வதையும் நான் கேட்டதுண்டு.

மற்றெரு சித்த வைத்தியர் கற்சுண்ணும்பில் தண்ணீர் ஊற்றிக் கலக்கி அதன் தெளிவு நீரின்மேல் படரும் உப்புதான் முப்பூவென்று திடமாக நம்பியிருந்தார். ஆனல் இச் சுண்ணும்பை சாப்பிடின் உடல் காய கற்பநிலையை அடையுமா? யோசிக்கத் தக்கது.

முப்பூ சுண்ணத்தைப்பற்றி நந்நீசர் சூத்திரத்தில் விரிவாய் சொல்லியிருப்பவைக் காண்க. ஆகவே பூமியிலுள்ள சுண்ணும்பு சத்துள்ள பொருள் ஏதும் முப்பூ வர்க்கத்தில் சேர்ந்ததல்லவென்பது ஷை அகஸ்தியர் வழலைச் சூத்திரம் சொல்வதைக் கவனிக்கற்பாலது.

"சாறிப்போவார்கள் சவடுகள் வண்ணுர்கள்
தானமாரி வழலையைக் காண்கிலார்
ஊரில் வாழுமுவரறியாமலுந் தேரிடார்கள்
செயலறியார்களே"

என்பதினல் வண்ணுர்கள் வாரும் சவட்டு மண்ணில் வழலை ஏது?

முப்பூவின் லட்சணங்களையும் அது இயற்றும் அபார கிரியைகளையும் உற்றுநோக்கின் சுண்ணக்கல், மூத்திரம், சிசுவின் மண்டையோடு என்ற பலவகையான பொருள்கள் முப்பூவல்ல என்பது புலனுகும்.

"தலைப்பிள்ளை பிண்டம்" என்று சித்தர்கள் கூறியது குழந்தையின் மண்டையோடு என்று பொருள்கொண்டு செத்த முதற்குழந்தையின் மண்டையோட்டை படாத பாடுபட்டுக் கொண்டுவந்து உரலில் இடித்து, தண்ணீரில் கலக்கி தெளிவிருத்து ரவியில் காய்ச்சி எடுத்த உப்பே முப்பூ என்று சிலர் கூறுவர்.

புதுக்கோட்டையினருகே ஒரு பிரபல வைத்தியர் இந்த மண்டையோட்டையே பற்றிக்கொண்டு தன் வாழ்நாள் முழுவதும் செலவழித்து, வைத்தியம் கெட்டு, வாதம் கெட்டு, குழந்தை குட்டிகளை நிரபராதியாய் விட்டு உயிர் துறந்தார். "முப்பூ" என்பது மண்டையோடுமல்ல என்று அகத்தியர் மேலே சொன்னதைக் கவனிக்கத் தக்கது.

சில ஆராய்ச்சியாளர்கள் மண்டை ஓட்டைப் பற்றிய தற்குக் கீழ்க்கண்ட பாடலே காரணம் என நினைக்கிறேன்.

"கேளப்பா தலைப்பிண்டம் கொண்டுவந்து
கணிதமாய் வற்றலாயுலர்த்திக்கொண்டு
வாளப்பா பூநீறு படிதானென்று வளமான

பனிநீரு படிதானிரண்டு
ஆளப்பா கலக்கியதை தெளிவை வாங்கி''
—என்பதாம்.

இது முழுக்க முழுக்க பரிபாஷை என்பதை அறியவும்.

பனிக்குட நீர்

மற்றும் சிலர் பனிக்குட நீர் என்பது பெண்கள் பிரசவிக்கும்போது வெளிவரும் கசடு நீரென்று அதைப் பிடித்து புட்டிகளில் அடைத்து அந்நீரை சவுட்டுமண்ணில் கலக்கி தெளிவிருத்துக் காய்ச்சி அதில்வரும் உப்பே முப்பூ என்று கருதுகின்றனர். இந்த அழுக்கு நீரில் எண்ணெய் காய்ச்சி வழுக்கைத் தலையில் தேய்த்தால் முடிவளருமென்று சேலம் மாவட்டத்தில் ஒரு வைத்தியர் எண்ணெயையும் என்னிடம் காண்பித்து நீங்கள் உங்கள் வழுக்கைத் தலையில் தடவிப் பாருங்கள்; ஒரு மாதத்திற்குள் முடி வளருகிறதாயில்லையா என்றார். ஆனால் அந்த மருத்துவருக்கே வழுக்கைத் தலை. நீங்கள் ஏன் தடவி முடி வளர்த்துக்கொள்ளவில்லையென்று கேட்டதற்கு ''நான் தடவுவதற்குப் போதுமான எண்ணெய் காய்ச்ச முடியவில்லை; பனிக்குடநீர் போதுமான அளவு கிடைக்கவில்லை; தங்களுடைய முயற்சியில் அந்நீர் பெற்றுக் கொடுப்பின் வேண்டிய அளவு எண்ணெய் காய்ச்சலாம்'' என்று நொண்டிச்சாக்கு சொன்னார்.

கும்பகோணத்தில் கிருஷ்ணன் நம்பூதிரியென்ற ஒரு பிராமணன் பிரபல மருத்துவர். அவரும் எனக்கு ரகசியமாக உபதேசம் செய்தது இந்த பெண்கள் கழிவு நீராகிய பனிக்குடத்து நீர்தான். தன் மருத்துவசாலையில் இரண்டு புட்டிகளில் இந்நீரை அடைத்து வைத்திருந்ததை தனித்த முறையில் காட்டி ரகசியமாய் இதுதான் அது என்றார். இந்த நீரை நீங்கள் எப்படி சேகரித்தீர்களென்று கேட்டேன். ஏனென்றால் அவர் ஓர் பிரம்மச்சாரி.

அதற்கு அவர் இந்த நீருக்காக அரசாங்க பிள்ளைப்பேறு மருத்துவமனையில் பணியாற்றும் ஒரு ''நர்ஸ்''ஐ உறவு

பிடித்து சேகரித்தேனென்றார். எனக்கு அக்காலத்தில் போதிய ஆராய்ச்சி கிடையாது. நானும் அது உண்மையென்று நம்பினேன். ஆனால், ஆண்டவனருளால் அந்நீரைக் கொண்டு ஆராய்ச்சி செய்யும் பிரயத்தனத்தில் ஈடுபடவில்லை.

பெண்களின் பனிக்குடத்து நீரை இவர்கள் பற்றியதற்குக் கீழ்கண்ட பாடல் காரணமாயிருக்கலாம்.

''நிரைத்திட்டார் சித்தர்கள்தான் கூடிக்கொண்டு
நிலையாகப் பாஷைகள் தான் பேசிக்கொண்டார்
நரத்திட்டார் கன்னியுடகுடத்து நீரை
நலமான சலத்தை விட்டால் எல்லாம் போச்சு
இசைத்திட்டார் சுத்த சலமிதுதானப்பா
இதைவிடுத்தாலொன்றுமில்லை''

இப்பாடலும் பரிபாஷையிலேயே அமைக்கப்பட்டுள்ளதென்பதை அறியவேண்டும். குடத்துநீர் என்பது மண்குடமென்பது ஆராய்ச்சி செய்தால் விளங்கும். ரத்தமும் சீழும் கலந்த அழுக்கு நீரைப்பற்றி குடித்து எமனை வெல்லுங்களென்று பொருள்படக் கூறியதல்ல இந்த பாடல்.

—(தன்வந்திரி நிகண்டு)

மாதர்கள் ருதுரத்தம்

சித்தர்கள் நூல்களில் சிகப்பு நிறமுள்ள கன்னியின் யோனியில் நாக்கால் குடைந்து அதில்வரும் நாதத்தை உண்டால் காயத்தியென்று எழுதப்பட்டுள்ளது. முப்பூவென்னும் பொருளை அவர்கள் பெண்ணுகப் பாவித்து வணங்குபவர்கள். ஆனால் நம் நண்பர்கள் அதைவிட்டுவிட்டு, பெண்களின் சுரோணிதத்தைப் பிடித்து ஏதேதோ செய்கின்றனர். இதற்குக் கீழ்க்காணும் பாடலை அவர்கள் ஆதாரமாகக்கொள்கின்றனர் போலும்.

"தாக்குவது ருதுவான யேழாநாளில்
தனபானம் பற்றி நீ தருணம் பார்த்து
பாக்கிலையும் அருந்தியது படுத்துப்பாரு
படுக்குமுன்னே வாழையிலை விரித்துக்கொள்ளு
முக்கிலையுஞ் செவி வெளியில் நாக்கு நாபி
மோகனப் பெண்குறி குடைந்து விரலைநீவி
நாக்கைவிட்டு மணிவருடி நடத்தும்போது
நாரி மின்னாள் காமப்பால் வடியும் பாரே"

என்பது சுத்தமான பரிபாஷையாம். திருவள்ளுவ நாயனார் எழுதிய கீழ்க்கண்ட பாடலைப் பார்த்தால் விளங்கும்.

"பக்கமேவும் பணியினார் அரவப் படமதனில்
பாகு தேனுண்டென்று
குக்கலைப்போற் குலவிநக்கித் திரிந்து
குடிக்கு மடையர்கள்" —என்பதை நோக்குக.

அது மாத்திரமா! பெண்கள் பிறவிடையாகுங் காலங்களில் வெளிப்படும் ரத்தத்தை எடுத்து அதை பாஷாணங்களுக்குத் தடவி புடம் போட்டு ஏமாந்தவர்கள் பலர். நாதம் என்பது சிகப்பு நிறமுள்ள பொருள் என்பதினால், பெண்ணின் கர்ப்பப் பையிலிருந்து வரும் ரத்தமென்று கருதி அதை மேற்கண்டபடி உபயோகப்படுத்துவதற்குக் காரணமாயிருக்கலாம். சித்தர்கள் ரத்த நிறம் என்றதை கவனிக்கத்தக்கது. ஆனால் அது ரத்தமல்ல; ரத்த நிறமுள்ளது.

கும்பிடு சிப்பி

மற்றும் சிலர் மச்சமுனி நூலில் சொல்லியுள்ள சிப்பியை ஆற்றிலிருக்கும் கும்பிடு சிப்பி என்று பொருள் கொண்டு, அவைகளை உயிரோடு கொண்டுவந்து அச் சிப்பிகளில் தமர் அடித்து நவசாரம் போட்டு வைத்து அப் பூச்சி இறந்து அதிலிருந்து வரும் நீரில் வெடியுப்பு சேர்த்து அதுவே காரசார செயநீர் என்று கருதி மருந்துக்கும் உதவாத பிணத்தின் நீரை எடுத்து வீணாகச் சுட்டு அவதியுறுகின்றனர்.

அவர்கள் அவ்விதம் செய்வதற்குக் காரணம் கீழ்க் கண்ட பாடலாயிருக்கலாம்.

"யார்சிப்பிச் சுண்ணம் பகரமுடியாது
சாரத்தை நேராய்தாக்க சலமாகும்
நீரொத்த நீரினில் நேராயிணங்கநீர்
சேர்கார சார செயநீரிதாமே." —(மச்சமுனி)

மேற்சொன்ன பரிபாஷை பாடலைக் கொண்டு ஏரியிலிருக்கும் கும்பிடுசிப்பியின் ஓடுகளை உப்புச்சரக்கென்றும் அதனுடைய தசை புளிசரக்கென்றும் கருதுவது சாத்திர விரோதமாகும். பரிபாஷை நிகண்டுகளை ஆராய்ந்து பார்த்தால் முப்பூ வென்பது இந்தச் சிப்பியல்ல வென்பது விளங்கும். மேலே சொன்ன அகத்தியர் வழலை சூத்திரத்தில் அது சாதாரண சிப்பியல்ல வென்பதை கவனிக்கத்தக்கது. மேலும் சித்தர் கொலை பாதகத்தை சொன்னவர்களல்ல. இதை குறிப்புடன் கவனிக்கத்தக்கது.

சோற்றுப்பு

"கஞ்சியுப்பைக் கறைத்து
தசதிட்சை செய்யே" —(வள்ளுவர் கற்பம்)

என்னும் பாட்டை ஆதாரமாகக் கொண்டு சோற்றுப்பை பனிநீரில் கரைத்து வடிகட்டி ரவியில் காயவைத்து, பத்துமுறை இப்படியே காய்ச்சிவரும் உப்பே முப்பூ என்று கருதுவோரும் உண்டு. கல்லுப்பு என்று பரிபாஷையாகச் சொன்னதையும் சோற்றுப்பு என்று பொருள் கொண்டு மேற்சொன்ன விதமாய்க் காய்ச்சுவர்.

சோற்றுப்பு சாப்பிடின் நரை வருவதுமன்றி உடல் விரைவில் நாசமாகுமென்று சித்தர்கள் சொல்லியுள்ள போது அவ்வுப்பு எதற்கு உதவும். மருந்துக்கு உதவலாம். அதைக்கொண்டு ஒருவர் பாஷாணங்களைக் கட்டமுடியுமா? அல்லது மெழுகாக்க முடியுமா? கற்ப சாதனைக்கு வருமா? சிந்தித்துப் பார்க்கத்தக்கது.

இக் கற்ப மருந்தை செய்யுங்கால் பதம் கெட்டு விட்டாலும், அது வைத்தியத்துக்குதவுமென்று சித்தர்கள் சொல்லியுள்ளார்கள், வைத்திய மூப்பூ என்று பிரித்துச் சொன்னதில்லை. ஆனால் சிலர் வாத முப்பூ வைத்திய முப்பூ வென்று இரண்டு பிரிவுகளாக்குகின்றனர். வைத்திய முப்புவைப்பற்றி இங்கு பிரச்சனையில்லை; ஆனால் வாத முப்பூ முடியாவிடினும் அது வைத்தியத்துக்கு உதவு மென்றதைக் காண்க.

"முடியுமே கைபாகந்தவறிட்டாலும்
மூலையான வைத்தியத்திற்காதியாகும்
அடியான காயகற்ப மிதுவேயாகும்
அப்பனே காடி என்ற பழச்சாறுதானும்"

(போகர்-700)

என்னும் பாடலைப் பார்த்தால் மேற்சொன்ன கருத்து விளங்கும்.

முப்பூ என்பது உப்பல்லவென்று தீர்க்கமாய் சொல்கிறார்.

"தானென்ற முப்பூவும் உப்புமல்ல
சார்ந்த கருவுப்பதுவும் உப்புமல்ல
ஊனென்ற் உட்கருவும் உப்புமல்ல
ஊட்டுமுறை செய்வதும் உப்புமல்ல
மானென்ற மண்ணுப்பு உப்புமல்ல
மாதவிடாயானதுவும் உப்புமல்ல
சானென் சவுட்டுப்பு உப்புமல்ல
சாதக மாமிவைவுப்பு வல்லத்தானே"

(நந்தீசர்நிகண்டு 300-காண்க)

காடி

சிலர் கருங்குருவை அரிசியில் தண்ணீர்விட்டு வேகவைத்து, அதைப் பானையில் ஏடுகட்டி ரவியில் வைத்து 6 மாதங்கள் வரை புளிக்க வைத்துக்கொண்டு அதுவே

சித்தர்கள் சொன்ன காடி நீர் என்று பயனுக்கு வராத இந்நீரை வெகு பிரயாசைப்பட்டு செய்து ஏமாந்து போகின்றனர்.

இக் காடி நீர் வைத்தியத்திற்கு உதவலாம். இதுவே கற்ப நீரென்றும் சிலர் கருதுகின்றனர். இதற்கு ஆதாரம் அந்நார் கீழ்க்கண்ட பாடலை எடுத்துக் கொள்ளுகிறார்களெனக் கருதுகிறேன்.

"சொன்னதொரு காடி தன்னையாறு திங்கள்
துப்புரவாய் ரவிதனிலே வைக்கும்போது
நன்னயமாம் நாதாக்கள் செய்பாகந்தான்
நலமான பழச்சாறு என்னலாச்சு." (போகர்—700)

இதற்கடுத்த பாடலில்,

"ஆடியதோர் சரக்கு அறுபத்தினொன்கும்
அப்பனே சிவமுப்பால் மடிவுகாணே."

என்று சொல்லியதை சிந்திக்கத்தக்கது. நாம் எடுக்கும் பழஞ்சோற்று நீரில் எந்த ஒரு பாஷாணத்தையாவது கட்டமுடியுமா? முடியாது. அதனால்தான் சித்தர்கள் சொன்ன காடிநீர் சோற்றுநீர் அல்லவென்று அறிகிறோம்.

கல்லுப்பு

கல்லுப்பு என்பது கடல்நுரை என்றும் (ராமேசுவரம் கல் என்றும் சொல்வர்) இதை சுண்ணம் செய்வதே முப்பூ மார்க்கமென்று சொல்ல நான் கேட்டதுண்டு. மாயவரத்திலிருந்து மாணிக்கசிவன் என்ற ஒருவர், சந்நியாச கோலம் பூண்டு காலஞ்சென்ற ஹைகோர்ட் நீதிபதி சோமசுந்தரம் வீட்டிற்கு வந்திருந்தார். அவர் திருமூலர் பாடல்களுக்கு மூலம் கண்டுபிடித்துவிட்டதாகவும், திருமூலர் சொல்லிய கல்லுப்பு இந்த கடல் நுரையேயென்றும், இதை எல்லோருக்கும் சொல்லக்கூடாத ஒரு பொருளென்றும் என்னிடம் சொன்னார். அவருடன் பேசிக்கொண்டிருந்தபொழுது சோமசுந்தரம் அவர்கள் நான் செய்து கொடுத்த

ரசலிங்கத்தை அவருக்குக் காண்பித்தார். இதைக் கட்டியவர் யார் என்று அச் சாமியார் வினவினார். 'இவரேதான்' என்று சோமசுந்தரம் அவர்கள் என்னைக் காண்பித்தார். அப்படியா? என்று சொல்லிவிட்டு, இதை எம்முறையில் கட்டினீர்கள்; எனக்கு சொல்ல வேண்டுமென்று கேட்டார். அதற்கு நான் "அகத்தியர் சிவலிங்க பூஜாவிதி" என்னும் நூலைப்பாருங்கள்; வெகு சுலபமான முறை சாதாரண மக்களும் அதை செய்யலாமென்றேன்.

ஆகவே அவர் சொல்லிய கல்லுப்பில் அவர் தொழில் செய்திருந்தால், ரசம்கட்டிய தொழிலை ஒரு ஆச்சரியமாகக் கேட்டிருக்க மாட்டாரென்று எனக்குத் தோன்றியது.

கடல் நுரையென்ற கல்லுப்பும் நவசாரத்தையும் சேர்த்துக் கடுமையாய் ஊதினால் சுண்ணம்பாகும். அதை பனியில் வைத்து செயநீர் எடுத்தால் சில பாஷாணங்களை நீற்றலாம். அந்த அளவுக்குத்தான் அது உபயோகப் படுமே தவிர வாதத்துக்கோ, கற்பத்துக்கோ பயன்படாதென்பதை அகத்தியர் முன் சொன்ன பாடலில் அறிகிறோம். சுண்ணம்பு வகையல்லவென்று சொன்னதை நாம் பார்த்தோம். மேற் சொன்ன கடல்நுரை தண்ணீரில் கரைந்துவிடும். ஆனால் சித்தர்கள் சொல்லும் கல்லுப்பு தண்ணீரில் கரையாது "கல்லுப்பென்றால் கரைந்திடா நீரினில் வெல்லுமதே சூதவேதைகளாக்கும்" (வள்ளுவர் சிந்தாமணி) என்பதை நோக்கற்பாலது.

"காணவேகல்லுப்பு வாருதானும்
கருதியே யறியாமல் உலகிலுள்ளோர்
ஆணவங்கள் மிகப்பேசி யிறந்து போனார்
உண்டுப்பார் கல்லுப்பும் வெள்ளை கல்லுப்பும்
உத்தமனே யிந்து உப்பு யிதுகளெல்லாம்
நன்றான திட்சைசெய்து நின்ற
நலம்பெற்ற அமுர்தத்தைக் காய்ச்சினாக்கால்

கல்உப்பு

உண்டான உப்புக்கு இந்நாமங்கள்
உறுதியுடன் கூறியிருக்க உலகந்தன்னில்
சண்டாளர் வெவ்வேறு உப்பெடுத்து
சாற்றுவார் கல்லுப்பு வென்று தானே"

—அகத்தியர்

என்பதினால், அமுர்தமென்ற அமுரியைக் காய்ச்சி எடுத்த பொருளுக்கே கல்லுப்பென்பதை நாம் அறிகிறோம். இந்த கல்லுப்பு ரசவாத சித்தியும் காய சித்தியும் தருமென்க.

குருவண்டு

முப்பூவை குருவண்டு என்ற பெயரால் பரிபாஷையில் சில சித்தர்கள் சொல்லியுள்ளனர். ஆனால் சிலர் அது ஓர் பூச்சியென்றும், அந்த பூச்சிக்கு ஆறு புள்ளிகள் அதன் முதுகின் மேல் இருக்குமென்றும் அந்தப் பூச்சைப் பிடித்து இடித்து குருமருந்து செய்வதென்று சொல்லி அதையும் கொலை செய்வோரும் உளர்.

நான் திருநெல்வேலியில் மாவட்ட நீதிபதியாய் இருக்கும்போது ஒரு வைத்தியர் 6 புள்ளிகளையுடைய ஒரு பெரிய கருப்பு வண்டைக் காண்பித்தார்.

ஆனால் அகத்தியர் முதலிய எல்லா சித்தர்களும் முப்பூ குருவுக்கு குருவண்டு என்று சொன்னதே தவிர, அது பூச்சி வண்டல்லவென்று அறியவேண்டும். "பாரப்பா பலசீவ செந்துமில்லை" என்று அகத்தியர் சொல்வதைக் காண்க. மற்றும் இந்த விஷப் பூச்சியை அரைத்து மருந்துகளைச் செய்ய ஒரு மருத்துவன் முற்பட்டால் அவன் எல்லோரையும் கொன்று எமன் வாய்க்கு அனுப்புவானென்பதில் ஐயமில்லை.

சவுக்காரம்

"சவுக்காரம்" என்னும் சோப்பைக் கடையில் வாங்கி அதன் எண்ணெயைக் கழட்டுவோரும் உளர். இதுவும் தவறு. மேற்சொன்ன நந்தீஸ்வரர் பாடலைக் காண்க.

மண்டையோடு

முதற்பிள்ளை மண்டையோடு முப்பூவென்று புதைந்திருக்கும் சமாதியை தோண்டி கபாலத்தையும் அழுகிய உடலையும் எடுத்து இடித்து, பனி நீரில் காய்ச்சி அதிலிருந்து உப்பு எடுப்பாருமுளர். ஐயையோ! இது அநியாயமென்கிறார் நந்தீஸ்வரர்.

''அண்டமென்ன அண்டமென்று உரைப்பார் கோடி
அய்யய்யோ அண்டமெங்கேயறியார் பாவி
பிண்டமென்று முதற்பிண்ட மென்பார்கோடி
பேய்க் கூத்துப்பிண்டமென்று பேருங்காணார்
கண்டமென்ன கபாலமது வென்பாரையோ

—என்கிறார்.

''அண்டமென்றும் அவனியிலே பலர்
அங்குமிங்கும் அலைந்து கலங்கினார்
பிண்டமென்று உயிர் தீனைக்கொன்றுதாம்
பேதையாகி நரகத்தி வாழ்ந்தினார்...........''

என்று திருவள்ளுவ நாயனார் சொல்வதையும் காண்க.

விந்து

ஒரு வருடத்துக்கு முன் சென்னைக்கு எனக்கு ஒரு கடிதம் வந்தது. அதை எழுதியவர் பெயர் நமக்கு முக்கியமல்ல; தான் முப்புவைக் கண்டுபிடித்துவிட்டதாகவும் தன்னிடம் அதைத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டுமாயின் நான் ஐட்ஜ் என்னும் பிரமையில்லாமல் வணங்கி தன்னிடம் வந்து கேட்பின் சொல்லத்தயாரென்றும், தனக்கு வயது 35 ஆகிறதென்றும் தான் அதை சாப்பிட்டு வெகுபலன் பெற்றிருப்பதாகவும் எழுதியிருந்தது. அதற்கு பதில் ஒன்றும் எழுதவில்லை. ஒரு மாதம் கழிந்தது. ஒருநாள் காலை 8 மணிக்கு ஒரு நபர் என் கிராமத்துக்கு வந்தார். தான் எழுதிய கடிதத்துக்கு பதிலில்லாததால் பார்த்துவிட்டு போக வந்ததாகச் சொன்னார். எனக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை. தான் முப்பு

விஷயமாக எழுதினதாகவும், கோயம்புத்தூரிலிருந்து வருவதாகவும் சொன்னார். வயது 35 இருக்கும். உடனே எனக்கு முன் கடிதத்தின் ஞாபகம் வந்தது. விந்து என்பது ஆண் குறியிலிருந்து வெளிப்படும் விந்து தவிர வேறொன்றுமில்லையென்றும் தான் தன் விந்துவையே ஒரு வருடம் உட்கொண்டாரென்றும் தன் உடலில் ஓர் புத்துணர்ச்சி ஏற்பட்டுள்ளதென்றும் சொன்னார். ஐயோ! கடவுளே! என்று நினைத்துக்கொண்டேன். வாசகர்களே! நீங்கள் என்ன சொல்கிறீர்கள். இதற்கும் ஒரு அமைச்சர் கிடைத்தால் ஆச்சரியப்படுவதற்கில்லை.

அதுவல்ல, இதுவல்ல வென்று சொல்லிவிட்டீர்கள். ஆனால், அது எது? என்பதைச் சொல்லவில்லையே என்னும் பிரச்னையை வாசகர்கள் கிளப்புவது நியாயமாகும். ஆனால் எனக்கு வாசகர்களுக்கு மெய்ப்பொருளை போதிக்க போதிய சக்தியில்லை. ஏனெனில் நானே பல பொருள்களைப் பிடித்து தோல்வியடைந்தது போல், நான் சொல்லும் ஒரு பொருளை நம்பி மற்றவர்கள் ஏமாற்றமடையக் கூடாதல்லவா? மற்றும் நானே அப்பொருளை உணராதபோது மற்றவர்கட்கு எப்படி அதை உணர்த்த முடியும்.

எனக்கு மருத்துவ குருக்களில் ஒருவரான டி. கருணாகர சுவாமியே ரசவாதியாயிருந்த போதிலும் காயகற்பத்தை வெற்றியுடன் முடிக்காமல் சித்தி பெற்றுவிட்டார். ஆனால் ஒன்று மாத்திரம் எனக்கு அவர் உபதேசம் செய்தார். அது என்னவென்றால் மேற்சொன்ன பொருள்கள் அத்தனையும் மூலப் பொருளல்லவென்பதையே, அதற்கு ஆதாரங்களும் அவர் எடுத்துக்காட்டியதுண்டு.

''காலம் வரும்போது உபதேசம் செய்கிறேன்; தை மாதம் பிறக்கட்டும்'' என்று தானாகவே சொல்வார்; ஆனால் அவர் மார்கழி மாதமே காலமாகிவிட்டார். நான் அவரைக் கேட்டிருப்பின் தவறாது முப்பூ மார்க்கத்தை உபதேசம் செய்திருப்பார். ஆனால் நான் கேட்கவில்லை. ஏன்? அக்

கலை ஒருவரிடமிருந்து பிடுங்கக் கூடியதல்ல; தகுதியிருந்தால் எனக்குக் கிட்டியிருக்கும். கிட்டாததால் எனக்குத் தகுதியில்லையென்றே அறிகிறேன்.

இருப்பினும் அவருடன் 20 வருடங்களாகப் பழகிய காலத்தில், அவ்வப்போது திடீரென நான் போகும்போது அவர் செய்யும் பொருள்களைக் கொண்டு இதுவாகத்தானிருக்கக் கூடுமென்ற ஒரு கலக்கமான உணர்வு வருவதுண்டு. ஆனால் அவ்வகையில் நான் அப்பொருளைக் கொண்டு மருந்தை ஆராய்ச்சி செய்து முடிக்க எனக்குப் போதிய வயதில்லை; நேரமில்லை; காரணம் என் வினையே.

ஆகவே வாசகர்களுக்கு நான் ஒன்று மாத்திரம் விண்ணப்பித்துக் கொள்ளுகிறேன். மேற்சொன்னபடி கண்ட கண்ட பொருளைக்கொண்டு ரசவாதம் செய்து முடிக்க எண்ணுவது கானல் நீராகும்.

அல்லவென்று சொன்ன பொருள்களை மறந்து வேறு வழிகளில் மனதைச் செலுத்தி மெய்ப்பொருளை ஆராய்ந்தால், சித்தர்கள் சொல்லியபடி கோடிக்கு ஒருவனுக்காவது அத் தெய்வ மருந்து கிட்டக்கூடும். முப்பூகுரு என்ற இப் புத்தகத்தின் தலைப்பிற்கு பதில் அவ்வளவுதான் சொல்ல இயலும். நூலின் மூலமாய் அப்பொருளை உணர்த்தக் கூடியதல்ல. அப்படிக் கூடுமாயின் சித்தர்களே வெளிச்சமாய் உணர்த்தியிருப்பர்.

அத்தியாயம் 6

முப்பூ கிடைக்குமிடம்

ஆண்டவன் அதை சிருஷ்டி செய்து தயாராய் வைத்துள்ளான். அது மண்மேல் விளையும் பொருள். அதற்காக நாடு காடெங்கும் தேடவேண்டாம். அது எங்கும் கிடைக்கும் பொருள், என்று சித்தர்கள் சொல்கின்றனர். நாம் செய்யவேண்டியது அதை எடுத்து சமைத்து முடிக்க வேண்டியதுதான்.

கடவுள், காசி, ராமேஸ்வரத்திலுள்ளார் என்று அலைந்து திரிபவன்போல் நானும் இந்த சஞ்சீவி முப்பூ மலைகளில் உள்ளதென்றும் சுற்றியலைந்தேன். பொதிகை, சுருளி, ஆந்திரப் பிரதேசத்திலுள்ள ஸ்ரீசைலம், சதுரகிரி, வள்ளிமலை, கன்னியாகுமரி பக்கமிருக்கும் மருத்துவமலை, கொள்ளிமலை எல்லாம் சுற்றி அலைந்தேன். அந்த சஞ்சீவி கருநெல்லியென்றும், ஜோதி விருட்சமென்றும், கலை எருமைமுலியென்றும், நாய்க்குட்டி மரமென்ற சாயா விருட்சமென்றும், பல மூலிகைகளைக் காட்டும் மலைவாசிகள் என்னை எங்கெல்லாமோ கொண்டுபோய்க் காட்டினர். மரம், செடி, கொடி முதலியவைகளையெல்லாம் எடுத்து மருந்துகள் செய்து பார்த்தேன். ஆனால் பலனில்லை.

வீணே காலங்கடத்தி விட்டோமேயென்று மறுபடியும் பல சித்தர்கள் நூல்களை ஆராய்ந்தேன். முப்பூ என்னும் பூ நீர் ஆண்டவன் முடித்து வைத்து நாட்டிலே வைத்துள்ளான் என்று பல சித்தர்கள் சொல்வதையே மேநாட்டு அறிஞர்களும் சொல்வதை ஊன்றி கவனித்தேன். கடவுள் நம்முள் இருப்பதைப்போல் சாகா முலி என்ற முப்பூ நம் நாட்டில் நிறைய உண்டு என்பதை உணர்ந்தேன்.

சவுட்டு மண் பூக்குமிடங்களான கோவானூர் பொட்டலிலிருந்து, புது மழை பெய்த உடன் அங்கு தங்கும்

சிகப்பு நிற தண்ணீரை வெகு பிரயாசையுடன் ஜாடிகளில் கொண்டுவந்தேன். பல ஆராய்ச்சிகள் செய்தேன். அங்கு பூர்க்கும்பூநீரை கொண்டுவந்து மேற்படி மழைத் தண்ணீரில் கரைத்துக் கரைத்து உலர்த்தி உலர்த்தி நானும் உலர்ந்து போனதே மிச்சம்.

"வாதவைத்தியயோக மெல்லாம் ஆதியந்த
மிரண்டாலாம்
காதமல்ல யிவை கிடைக்கும் கண்ட கண்ட
விடங்களிலும்

என்று சில சாத்திரங்கள் கூறுவதை நோக்கில் நாம் ஊர் ஊராய் அலைவது பயனற்றது என்று புலப்படுகிற தல்லவா?

'பேசில்வேலன் டைன்' என்ற ஓர் புகழ்பெற்ற ரசவாதி இந்த பூநீர் என்னும் பொருள் குழந்தைகள் விளையாடும் பொருளாக உள்ளதென்றும், வேலையாட்கள் பெருக்கித் தள்ளக்கூடிய பொருளாகவும் உள்ளதென்கிறார். ஏழு கடல் களும் நீருக்குப் பதிலாக பாதரசமாயிருப்பின் ஒரு கைப்பிடி மருந்தினால் அவ்வளவையும் தங்கமாக்குவேனென்றார்.

இடையே தோன்றிய "விளையாட்டுச் சித்தர்" இதனு டைய காட்சியை வேடிக்கையாய் வர்ணிக்கிறார்.

"குடுகுடு ஆனைக்கல், வாகடதோகட வயிரானைக்கல்
சுக்கு சுண்ணும்புக்கல், ஜோதிக்கல் ஜோதிக்கல்"

என்றும்,

"சுக்குசுக்கு வெள்ளைக்கல் சுப்பிரமணியன்
வெள்ளைக்கல்
காசுக்கு ரெண்டுகல், கருவைக் கிழங்கடா
மயிற்றைப் பிடுங்கடா?"

என்றும் பாடுகிறார்.

அவர் காலத்தில் காசுக்கு இரண்டு கல் கிடைத்திருக்க லாமோ என்னவோ!

"ஊரில் வாழும் உவரறியாமலுந் தேரிடார்கள்.
செயலறியார்களே"
"ஏரி வாரியிலுமுண்டு"

என்று நாயனுரும்,

"கொண்டலிலே தானிருந்து சிலநாட் சென்று
கொடுமையுள்ள ஜென்மமதாய் பிறந்தாள் மண்ணில்
கண்டவரும் கேட்டவரும் சிரிக்கலாச்சு
கன்னி குடியிருந்தவிடம் பாழாமென்று
அண்டர்களெல்லா மறிந்து விலகிப் போனுர்
மதிசிறந்த பெரியோர்கள் வணங்கி நின்றார்
தொண்டர்களை கிருபை வைத்துப் பிழைக்கச் செய்த
துகளிலாப் பிரணவமே சுயம்பு நீரே"

என்று அகத்தியர் சொல்வதையும் காண்க.

அண்டம் கேவலமான மண்ணில் இருப்பதைக்கண்ட தேவர்கள் விலகிப் போனுர்களாம். ஆனுல் உலக மக்களில் சிறந்த மெய்யன்பர்கள் அதைப் பார்த்து வணங்கி நின்றார்களாம். ஏன்? அவர்களுக்கு மரணமிலாப் பெருவாழ்வை அது அளித்ததினுல்!

இக்கல்லின் நிறமோ நீலமேக சாமளமாயும், பச்சை மாமாலை போலும், சுருங்கக் கூறில் வானவில் போன்ற நிறங்களையுடைத்தாயிருக்கிறது.

"தானுக ஆதாரஜோதி போல
சங்கையுடன் தோனுமடா அங்கேபாரு
வானுன அண்டமதில் நடுவே பார்த்தால்
வகையாகத் தோனுடா பஞ்சரூபம்"

என்று அகத்தியர் பாடுகிறார்.

ஆகவே முப்பூ ஆராய்ச்சியில் ஈடுபடும் நண்பர்கள் காலத்தை வீண்வழிகளில் கழித்து அயர்வு தட்டாமலிருப் பதற்கு சாத்திரங்களை ஊன்றிப் படிக்கவேண்டும்.

மற்றும் முப்பூ என்ற பொருள் ஆண்டவன் மெய்யன்பர்களுக்காக முடித்து வைத்திருக்கிறார். அதை எடுத்து நீ திருத்தி அமைத்தால் குரு முடிந்தது என்கிறார்.

—அகத்தியர்

"முப்பூ முடித்து வைத்திருக்குதடா அதை
வைப்புவைத்து திருத்தும்வழி தேடடா"

"முப்பான முப்பூ மாதியிலே குருவாய்
முடித்திருக்கு தென்றறியார் மூடர்தானே"

—அமுத கலைஞானம்—120

என்ற பாடலையும்,

"காட்டிலே சுற்றியதால் காணும் பயன் யாது
நாட்டினிலே நாரியரோடிருந்தே

என்ற பாடல்களைக் கவனித்தால் இது நாட்டிலேயே கிடைக்கும் பொருள் என விளங்கும்.

நந்தீசுவரர் சொன்ன பாடலையும் கவனிப்போம்.

"மூலமென்ற வழலையது முப்பூவாச்சு
மூதண்டக் கருவதுவு முடிந்தமூலி
காலமென்ற காலனுக்கு மாதிமூலி

"கண்டவர்க்கு மெளிதான கமலமூலி
பாலென்றாற்பால் சொறியும் பஞ்சமூலி
பரிந்தெவரும் பொசிக்குகின்ற பச்சைமூலி
ஞாலமிசைமெத்தவுண்டு நடனமூலி
நவின்றிட்டால் வெளியாகும் நயந்துபாரே"

என்பதால் ஆண்டவன் முடித்துவைத்த எளிய மூலியென்பது விளங்குகிறது.

ஆகவே இந்த அண்டம் என்ற பிரணவத்திலுள்ள நாதவிந்து பொருள்களை ஒன்று சேர்த்து சமைத்தால் முப்பூ சுண்ணம் முடிவாகும் என்று எல்லா சித்தர்களும் ஒருங்கே சொல்வதை நோக்கற்பாலது.

சில மருத்துவர்கள் முப்பூ முடித்துவிட்டோமென்று ஒரு புட்டியில் வெள்ளை நிறமுள்ள ஏதோ ஒரு உப்பைக் காட்டி, மாநாட்டு மேடைகளில் பேசுவதை நான் கண்டதுண்டு. இது அவர்களுடைய அபக்குவத்தைத்தான் காட்டும்.

முப்பூ முடித்தவன் இருக்கிற இடம் தெரியாது வாழ்வான்; வாய்திறக்க மாட்டான்; மேடைகளில் ஏறிப் பேச மாட்டான்; என்னைப்போல் புத்தகம் எழுதமாட்டான்.

"பண்பாக நின்ற பூரணத்தைக் கண்டாற்
பாலகனே முப்பூவும் நன்றாய் தோன்றும்
விண்டதில்லை கண்டவர்கள் சொல்லார், சொல்லார்
வீணாக சுட்டலைந்து விதி என்பாரே"

என்பதை அறிக.

ஏன் சொல்லமாட்டார்கள்? காரணம்; தன் உயிருக்கே ஆபத்தை விளைவிக்கும் கசடர்கள் உலகத்தில் இருப்பதினால்தான்.

சென்னையில் 25 வருடங்களுக்கு முன் கிருஷ்ணசாமி நாயுடு என்றொருவர் இருந்தார். அவர் தாம்பிரத்தை உருக்கி ஒரு சிட்டிகை பொடியைத் தூவி நூறு சவரன் எடையுள்ள தூய தங்கத்தைச் செய்வதைப் பார்த்ததுண்டு. கருவங்கத்தை உருக்கி தூய வெள்ளி செய்வார். அவருக்கு என்னேரமும் விஸ்கி, பிராந்தி குடிக்கும் பழக்கம் உண்டு. அவர் இந்தக் கலையை பலர் அறியக் காட்டி வந்தார். பெரிய கார் ஒன்று வைத்திருந்தார்.

ஒரு சமயம் ஒரு ஜமீன்தாருக்கு (அவர் பெயர் குறிப்பிடத் தேவையில்லை) தங்கம் செய்து காட்டினார். அந்த நாயுடு தங்கம் செய்யும் பற்பத்தைத் தன் ஜிப்பா ஜேபியிலேயே வைத்திருப்பார். திடீரென கார் விபத்தில் அவர் இறந்துவிட்டாரென செய்தி வந்தது. நெல்லூருக்குப் போகும் சாலையில் ஒரு பெரிய பாலத்தினடியில் மாண்டிருந்தார். கடைசியில் விசாரித்த அளவில் ஜி

ஜமீன்தார் அவர் ஜேபியில் இருந்த பற்பத்தை எடுத்துக் கொள்ள அவரைக் கொன்று அவர் காரிலேயே வைத்து ஒரு விபத்தை ஜோடனை செய்தாரென்று தெரியவந்தது.

திருப்பாப்புலியூரில் (கடலூரில்) ஓர் சாமியார் இருந்தார், அவரும் தங்கம் செய்வதுண்டு. அவர் சிஷ்யர்களில் துன்மார்க்கர்கள் சிலர் இருந்தனர். ஓர் இரவு அவரை ரசவாத முறையை சொல்லிக் கொடுக்கும்படி வற்புறுத்தினர். அவர் அதற்கு சாக்கு போக்குச் சொல்லி வந்தார். கடைசியில் அவரை உயிரோடு கட்டி வாயில் துணியடைத்து சமாதி செய்து விட்டனர். ஆகையால் இக் கலைக்கு "உயிர்க் கொல்லி" என்ற பெயருமுண்டு என்பதை சிந்தித்தால் இக் கலையை யறிந்தவர்கள் வாய் மூடி மௌனியாகயிருப்பதே சிறந்ததென்பதை அறிகிறோம்.

இப்பொழுது முப்பூ எடுக்கும் காலத்தைப் பற்றி ஆராய்வோம்.

அத்தியாயம் 7

முப்பூ எடுக்குங்காலம்

பெரியோர்கள் நற்காரியத்தைத் துவக்குவதற்கு உத்தராயணம் பிறக்கட்டுமென்பர். உத்திராயணம் தை மாதம் முதல் தேதியன்று உதயமாகிறது. அக் காலமே பருவ காலமென்றும், சித்தர்களுக்கு விசேட நாட்களென்றும் சொல்வாராயினர்.

பூநீர் எடுக்கும் காலம், தை, மாசி, பங்குனி, சித்திரை, வைகாசி மாதங்களாம். சில சித்தர்கள் ஆனி, ஆடி, ஆவணி மாதங்களிலும் எடுக்கலா மென்று சொல்லியுள்ளனர்.

முப்பூ குரு, மருந்துகள், அஞ்சன மை முதலியன முடிப்பதற்கு கடுமையான சூரியவெப்பம் வேண்டியிருப்பதால், அக்காலத்தில்தான் மருந்துகளை முடித்துக் கொள்ளவேண்டும். அதுவுமன்றி அம்மாதங்களில்தான் பூநீருக்கு அதிக காரமுள்ளதென்று சொல்கின்றனர். ஒருவன் சித்தியடைவதற்கு அனுகூலமான மாதங்கள் தை மாதத்திலிருந்து ஆரம்பிப்பதால்தான் "தைப் பிறந்தால் வழி பிறக்கும்" என்ற பழமொழி பரம்பரையாய் வருகிறது போலும்.

தை முதல் ஆவணி வரையில் பூநீர் எடுக்கலாமென்று சிலர் சொல்லியிருந்த போதிலும், பங்குனி, சித்திரை, வைகாசி மாதங்களில் எடுக்கும் பூநீர்தான் மெத்தக் காரமென்று பல சித்தர்கள் சொல்கின்றனர்.

எம் மாதமாயினும் சுக்லபட்சமியில் தசமிதியன்றும் அதற்கு பின்னும் சூரியோதயத்திற்குமுன் எடுக்கும் பூநீர் தான் கற்பத்திற்கும், ரசவாதத்துக்கும் பயன்படுமென்று அகத்தியர் சொல்கிறார். ஆகவே நமக்கும் தைப் பிறந்து வழி பிறக்கட்டும்.

வரும் அத்தியாயத்தில் முப்பூ குரு செய்முறைகளைப் பற்றி ஆராய்வோம்.

அத்தியாயம் 8

முப்பூ குரு செய்முறைகள்

முப்பூ என்பது ஐம்பூதங்கள் சேர்ந்த பொருளென்றும், அவைகளில் பிருதிவி, ஆகாயம் தவிர மற்ற மூன்று பூதங்கள் அதில் இயங்கிக்கொண்டுள்ளதென்றும் சித்தர்கள் சொல்ல லாயினர்; இந்த மூன்று பூதங்களையும் கட்டிவிடின் அதுவே குருவாகிற தென்றனர். இந்த கட்டிய பொருளைக் கொண்டே வாதம், வைத்தியம், மந்திரம், யோகம், மறைப்புமை முதலியன செய்து, சித்தர்கள் கையாண்டு வந்தனர் என்று தெரிகிறது.

சித்தர்கள் சொல்லும் செய்முறைகள் வெவ்வேருக இருப்பினும் அவர்கள் கையாண்ட மூலப்பொருள் ஒன்றே என்று தெரிகிறது. ஜடமாயுள்ள பிண்டத்தைச் சுத்தம் செய்து, சூட்சும பலத்தை அதற்கு ஊட்டுவதே செயல் முறையாக விளங்குகிறது. அதனுள்ளிருக்கும் வாயு வன்னி இரண்டையும் கூட்டு கட்டுவதே செய்முறையாம்.

குறிப்பாக கவனித்தால் யார் சொன்னலும் பிரணவம் என்ற ஒரு பொருளிலிருந்தே இரண்டு வகை பொருள்கள் பிறக்கிறது.

"சித்திபெற சிவசத்தியிரண்டுங் கூட்டிற்
சிவசிவா சகல சித்துஞ் சிக்குத்தானே"

என்றும்—

அண்டத்தைத் தூள் செய்து சுத்தஜலம் விட்டுக் கரைத்து மூன்று நாட்கள் சென்றபின் நீரை வடித்து அந் நீரை ரவியில் வைத்து உலர்ந்ததும், மறுமுறையும் சுத்தஜலம் ஊற்றி முன்போலவே வடித்து ரவியில் காய்ச்சி இதேபோல் பத்துமுறை செய்தால் முப்பூ குருவாகும் என்று அத்தியர் குருமுப்பூ நூலில் காணலாம்.

"அத்தனென்னும் எட்டுடனே இரண்டும் கூட்டில்
அவனியுயிர் உடலாகும் யகாரம்பத்தே"

என்பதால், சிவசக்தி அல்லது நாத விந்துக்களை ஒன்று கூட்டினல், உயிரும் உடலும் சேர்ந்ததைப் போலாகும்.

சித்தர்கள் இந்த இரண்டு பொருள்களை பரிபாஷைகளில் பேசியுள்ளார்களே தவிர வேறு கடைச்சரக்கல்ல. இக் குருவை செய்ய சீனம், சாரம், வீரம், பூரம் சேர்த்து புடமிடும்படி சில நூல்களில் எழுதியிருப்பதைப் பார்க்கலாம். நாத விந்துக்களுடன் கடை சரக்குகளான வீரம் பூரம் கூட்டி புடம் போட்டால் சில மருந்துகளுக்குப் பயன்படலாம். ஆனல் அது கற்பத்துக்கு உதவாது. ஆகவே பஞ்ச பூதங்களாலான இயற்கைப் பொருள்களுடன் செயற்கைப் பொருள்கள் சேர்ந்தால் பயன் காணர்கள்.

இந்த முப்பூ குரு என்பது சுண்ணமாகவும், மெழு காகவும் செய்யலாம். தண்ணீர், சுத்த சலம், வழலை, காடிநீர், பனிக்குடநீர், உதவியின்றி நாதவிந்து பொருள் களை பூரணமாக்க முடியாதென்றும் விளங்குகிறது. நாத விந்துகள் கூடி வாலையில் வடியும் ஜலமே வழலையாகும்.

"கொத்தான யெட்டிரண்டும் சேர்கிழங்கு
கூடியல்லோ பத்தான திதுதான் மார்க்கம்
உத்தான பனிக்குடநீர் அதினலாச்சு"

—யோக ஞானசாஸ்திரத் திரட்டு அகத்தியர்

என்பதை நோக்கற்பாலது.

இந்த நீரை எடுக்கும்முறை எனக்குப் புரிந்த அளவில் சொல்ல முயலுகிறேன்.

"கருங்குருவை தான் சமைத்துக்
காடி வைக்கச் சுத்த ஜலம்
அரிக்குருவிதாச்சுதாளுண்டே"

—வள்ளுவர் சித்தாமணி 800

என்னுமிடத்து கருங்குருவை என்பது அரிசியல்ல வென்பதை நாம் மறந்துவிடக் கூடாது. ஆனல் இப் பாடலிலிருந்து ஒன்று விளங்குகிறது. "சமைத்து" என்னுமிடத்து நாதவிந்து பொருள்களை வாலையினுள் வடிப்பதே என்று புலனகிறது.

மேற்சொன்ன கருத்து மேனட்டு ரசவாதிகளின் கூற்றை கவனித்தால் விளங்கும். இந்த நீரே முப்பூவென்று திருவள்ளுவ நாயனர் பஞ்சரெத்தினத்தில்,

"முப்பு முப்பென்று முன்னமே செப்பிய
வைப்பு இப்புவிமீதறிவார்களோ
அப்பு முப்புவும் ஒன்றென்றுணர்வரேல்
கைப்பு முப்புக் கசடற முப்புவே"

என்றதினல் முப்பு சுண்ணம் முடிப்பதற்கு வழலையென்ற நீரே பிரதானமாயுள்ளதென அறிகிருேம்.

சுத்தகெங்கை என்பது சுயம்பிரகாசசோதி சொரூப முடையது என்கிருர் நாயனர். "இது சத்தி வாலையின் அன்னையாள் சடமுள் கருவானதால்" என்றதால் அண்டக்கல் என்னும் பொருள் ஆதாரமாயுள்ள தென்றே கொள்ளவேண்டும். இந்த நீரில் வான வில்லில் காணும் எழுவகை நிறங்கள் காணலாம் என்கிருர்.

மேனட்டு விஞ்ஞானிகளும்கூட இந்த முறையையே பிரதிபலிக்கின்றனர். "நண்பா! நீ எல்லாவற்றையும் உடனே அறிந்துகொள்ள வேண்டுமென்று ஆசைப் படுகிருய். அதில் பிரமாதம் ஒன்றுமில்லை, சொல்லுகிறேன் கேள். அது இரண்டுவித உலோகங்களால் ஆக்கப்படுவது. (இங்கு உலோகங்கள் என்பது நாத விந்தாம்.)

இதை நான்கு நாட்களில் செய்து முடித்துவிடலாம். ஆனல் நான் சொன்னது உலோகமும் கிடையாது; உப்பும் கிடையாது. மும்மூர்த்திகளால் ஆக்கப்படுவது. அவை யாவன: "நாதம், விந்து, சுத்தஜலம்."

"விந்துவுடன் நாதமது மேவியே நங்கையோடு
சுந்தர ஆகாச சமாதியில் தோன்றிவரும்—அந்த உப்பு
முப்புவென்றே யறிவார் மூதலத்திலே தெளிந்தோர்
அப்பு முப்பு மொன்றனதால்"

—திருவள்ளுவநாயனர் பஞ்சரெத்தினம்

என்பதிலிருந்து, அப்பு-உப்பு (எட்டிரண்டு) சேர்த்த போது முப்பூ குரு முடிந்ததென்று அறிய வேண்டுமென் கிருர்.

"பூரணத்தை வாங்கி பீங்கானில் ஊற்றி
ரவிமதியும் கூடச் சேர்த்து ரவியில்
காயவைத்து பார்க்க மெழுகு"

"மெழுகான பூரணந்தான் பூரணமேயானல்
மேன்மையையேதான் தன் வளமை விள்ளக்கேளு
அழுகாத பிண்டமடா ஆதி ஆதி அன்பான
பூரணமே தெய்வம் தெய்வம்
பழுக்காத பொருள்களெல்லாம் பழுக்குமையா"

—என்றும்,

இங்கு பூரணமென்பது திரவப்பொருள் ரவிமதியென்ற இரண்டும் சேர்ந்தது மற்றொரு பொருள். ஆக மூன்ருக சொன்னலும் இரண்டேயாகும். இந்த மெழுகில் பண விடை கொள்ள தளர்ந்த ஜடம் வலுத்துப்போகும். மண்டலம் கொள்ள கயிலாயதேகமாகும். ஆண்டு கொள்ள கெவுனமாகும். 2 ஆண்டு கொள்ள அஷ்ட சித்தி கைக் குள்ளாகும் என்று அமுத கலைஞானம் 1200-ல் சொல்லப் பட்டுள்ளது.

இப்படி பல சித்தர்கள் மெழுகு முறைகளும் பற்ப முறைகளும் சொல்லியுள்ளனர். ஒரு பொருளிலிருந்து எத்தனையோ மருந்துகள், மாத்திரைகள், செந்தூரங்கள், மறைப்பு மைகள் தயார் செய்முறைகளையும் கூறியுள்ளனர்.

இவ்வித பாடல்கள் வாசகர்கள் பலர் படித்திருக்கலாம். ஆகையால் எல்லா பாடல்களையும் இங்கு எழுதுவதில்

பயனில்லை. ஆனால், மூலப்பொருள் தெரிந்தோர்க்கு மேற் சொன்ன கூற்றுகள் பயன்படக் கூடுமென்பதே என் கருத்து.

"பேசில் வேலன்டைன்" என்ற அறிஞர் கீழ்க்கண்ட படி சொல்கிறார். ஆங்கிலம் தெரிந்தவர்களுக்கு பயன்படக் கூடுமென்ற கருத்துடன் முக்கியமான பகுதியைக் கீழே எழுதியுள்ளேன். அதைக் கீழே தமிழில் முடிந்த அளவுக்கு மொழி பெயர்த்துள்ளேன். அழகாகச் சொல்லியுள்ளார்.

'Seek from the stone which has no fleshy nature, but out of which a volatile fire is extracted, whence also that stone Is made, being composed of white and red. It is a stone and no stone therein, nature alone operates. A tincture flows from it. The fixed part submerges its father, absorbing it body and life until the soul is returned to it. And the volatile mother like to him, is produced in her own kingdom and he by his virtue and power receives greater strength.

The volatile mother when prepared surpasses the sun in summer. Thus the father by means of Vul-can was produced from the spirit. Body, soul and the spirit, exist in both, whence the whole matter proceeds. It proceeds from one and is one matter. Bind together the fixed and the volatile. They are the two and three and yet one only.

If you do not understand this you will attain nothing.

அதாவது:—"இந்த கல்லில் தசைப் பொருளில்லை. ஆனால் இதிலிருந்து ஓர் ஆவியாய் போகக்கூடிய நெருப்பு வடிக்கலாம். இக்கல்லில் வெண்மையும் சிகப்பும் கொண்ட இரு பொருள்கள் உள்ளன. இது கல். ஆனால் கல்லல்ல. இது இயற்கையே இயங்குகின்றது. இதிலிருந்து ஓர் அருவி வெளியாகின்றது. கட்டியபாகம் தன் தகப்பனையே முங்கி

விடுகிறது; அதனுடைய உடல் உயிர் இரண்டும் தன்னுள் ஆவி என்ற ஆத்மா திரும்பும்வரை கிரகிக்கிறது. ஆவி யாகும் தாய் தன்னைப் போலுள்ளவனை தன்னுடைய கர்ப் பத்திலேயே உண்டாக்குகிறது. அதனால் அவன் மேற் கொண்ட பலத்தைப் பெறுகிறான்.

ஆவியாகப் போகும் தாயை தயார் செய்தபின் அது கோடைக்காலத்தின் சூரியனைக் காட்டிலும் ஒளியுள்ள தாகும். ஆகவே அத் தகப்பன் ஆவியிலிருந்து ஆக்கப்படு கிறது. உடல், ஆத்மா, ஆவி இரண்டிலும் உள்ளன. அவைகளிலிருந்துதான் எல்லாமே விளைகிறது.

ஆயினும் அவை ஒன்றே; ஒரு பொருளே. ஆவிப் பொருளையும், கட்டுண்ட பொருளையும் ஒன்றாய் சேர்; அவை இரண்டும் மூன்றுமாகும்; ஆயினும் அது ஒன்றே.

"இது உனக்குப் புரியாவிடின் நீ என்றுமே அதை அறிய முடியாது"—என்கிறார்.

மற்றொரு மேனாட்டு அறிஞர் சொல்லுகிறார்.

The sages will tell that two fishes are in our sea without any flesh or bones.

Let them be coocked in their own water. Then they also will become a vast sea, the vastness of which no man can describe.

More over the sages say that two fishes are one, not two. They are two and nevertheless they are one body. spirit and soul.

Now I will tell you most truly. Cook these three together, that there may be very large sea. Cook the sulphur with the sulphur and hold your tongue about.

Conceal your knowledge to your advantage and you shall be free from poverty. Only let your discovery remain a close secret.

அ த ா வ து , "முனிவர்கள் சொல்லுகிறார்கள். நம்முடைய கடலில் இரண்டு மீன்கள் உள்ளன. அவை களுக்கு தசையோ எலும்போ கிடையாது. அவைகளை அதன் தண்ணீரிலேயே சமை. அப்பொழுது அது ஒரு பெரிய கடலாகும்."

மற்றும் அம் முனிவர்கள் சொல்வதாவது:—"இந்த இரண்டு மீன்களும் ஒன்றே, இரண்டல்ல. அவைகள் இரண்டாம்; ஆனால் ஒன்றே. இருப்பினும் அவைகள் உடல் உயிர் ஆவியாய் நிற்கிறது.

இப்பொழுது சொல்வதைக் கேள். இந்த மூன்றையும் சேர்த்து சமை. கெந்தியை கந்தகத்தைக் கொண்டு சமை. பிறகு நாக்கைக் கட்டி வைத்துக்கொள். உன்னுடைய ஆராய்ச்சியின் பலனை வெளிவிடாதே. உன் தரித்திரம் தொலைந்துவிடும்" என்று அம் மேநாட்டு அறிஞர் சொல் கிறார்.

"ஆர்தர்ஜான் ஹாப்கின்ஸ்" என்பவரும் கீழ்க்கண்ட வாறு சொல்கிறார்.

"The two substances water and earth most frequently used in the sublimation process was named Mercury and sulphur."

இரண்டு பொருள்களான மண்ணும் நீரையுமே மேனாட்டு அறிஞர்கள் ரசம், கெந்தியென்று சொன்னார் களாம்.

ஆகவே நாம் ஊடுருவிப் பார்த்தோமானால் நம் நாட்டு சித்தர்களும் மேனாட்டு சித்தர்களும் சொல்லும் பொருள் ஒன்றேயென்பதை அறிகிறோம். அது இரண்டல்ல, ஒன் றேயாம், ஒன்றே இரண்டாகவும், மூன்றாகவும் பிரிவதாம்.

இதையே வள்ளுவநாயனார் கீழ்க்கண்ட பாடல்களில் வலியுறுத்துகின்றார்.

"விந்துவோடு நாதம் கூடி விளைந்துமேயிருக்கையில்
நொந்துமேவி வேறதாக நோக்கினால் கிடைக்குமோ
சந்திரன் கலையினால் சனித்த நாதம் விந்துவாம்
அந்தகன்போல் சுற்றினால் அகப்படுவதில்லையே"

"ஏகவஸ்து என்றுமே நாம் இனியும் ஞானவெட்டியில்
பாகமாகச் செப்பிய பனுவலை மறந்துமே
நாகம் போலச் சீறியே நானிலத்தில் சுற்றினால்
ஆகுமோ நன்முப்பு முறை ஆண்டே முடியாததே.

என்னும் பாடல்களை கவனித்தால் ஏகவஸ்துவிலிருந்து உண்டாகக் கூடியதுதான் நாதவிந்து பொருள்கள் என்பது நன்கு புலப்படும். இந்த நாத விந்துக்களை தனித்தனியே பிரித்துக் கூட்டுவதே முப்பூ மருந்து முடிக்கும் முறையாகும்.

அண்டச் சுண்ணம் செய்ய

அண்டத்தின் நீரை—ஆறு திங்கள் சமாதி வைக்க வேண்டும். இதுவே பழம்புளியென்பதாம். இதில் அமுரி யைச் சேர்த்துக் கரைக்க வேண்டும். பிறகு அதை சட்டியி லிட்டு மேல் மூடியிட்டு, சீலை மண் ஏழு செய்து மூன்று நாள் வைக்க அதில் நீர் வெளிப்படும். அந்த நீரைத் தனியே எடுத்து குப்பியில் அடைத்துக்கொள்.

பிறகு அடியில் நின்றதை அயக்காம்பால் மாவாகும் வரை கடையவும், அதைச் சீலையில் முடித்து கிளி கட்டிக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு அமுரியை ஒரு படி பாண்டத் திட்டு அதில் டோலயந்திரமாய் முடித்த மருந்தைத் தொங்கவிட்டு அமுரிநீர் சுண்டும்வரை எரித்துக்கொள்.

அதன்பின் அம் மருந்தை கல்வத்திட்டு முன் வடித்து வைத்த நீரினால் இரு ஜாமம் ஆட்டவும். மெழுகுபதம் ஆகும்போது வழித்தெடுத்து வில்லை தட்டி ரவியில் உலர்த்தி, நன்றாக உலர்ந்தபின் ஓட்டில் வைத்து ஓடு மூடி, ஏழு சீலை மண் செய்து முழப் புடத்தில் போடவும். நன்றாக ஆறியபின் எடுக்க சுண்ணமாயிருக்கும்.

சுண்ணத்தால் கற்பம்

பிறகு காரசாரமிரண்டும் சம எடை சேர்த்து அதில் 5 கிராம் சுண்ணம் சேர்த்துப் பிசைந்து லேகியம் போல் செய்துகொள்ளவும். இதில் புன்னக்காயளவு 70 நாட்கள் கொள்ள,

"கொண்டாலோ தேகம் வஜ்ஜிரகாயமாகும்
குடிலமென்ற சட்டைகளும் கழன்றுபோகும்
நன்ருன தேகமது பானு போலாகும்"

என்றவாறு.

கல்லுப்பு செய்முறை 5-ம் அத்தியாயத்தில் காண்க.

காரசாரம்

காரம் என்பது கல்லுப்பு. சாரம் என்பது அமுரி. இந்த இரண்டையும் சேர்த்தால் 8+2 ஆகும். "அ" என்னும் சாரம் எண்ணில் எட்டென்பதாம். "உ" என்ற காரம் எண்ணில் இரண்டும் ஆகும். இந்த எட்டும் இரண்டும் கூடில் பத்தாகிறது. இதுவே தசதீட்சை எனப்படும்.

"எட்டோடே இரண்டை சேர்த்துண்ணவும் அறியீர் எத்துனே கொள்கின்றீர் பித்துலகீரே" என்று இராமலிங்க அடிகள் சொல்வதைக் காண்க.

சாரத்தால் சவுக்காரத்தைக் கட்டினுல் அதுவே பூநீர் காரம். இதுவே புளியும் நீருமாச்சு. இதுவே அடி முடி, காரம் வெடியுப்பாம்.

"உண்மையுள்ள சாரத்தை கொண்டுதானே"
கொண்டுமே சவுக்காரம் கட்டாமற்ருன்
குணம்போய் உலகத்தில் பூநீர் தேடி
அண்டத்தில் அலேந்தலேந்து மாண்டாரப்பா
அப்பனே இதுவன்ருே பூநீர் காரம்
நன்ருக இதுவல்லோ புளியாம் பூநீர்
நன் கார சாரமிது வெடியுப்புந்தான்
கொண்ட பொருள் அடிமுடியுமிதுதானப்பா
கூறுகிறேன் சுருதிமுடிப் பொருளேக்கேளே

"சிறப்புடனே முடிந்தபின்பு தாம்பரத்தை
சீராக உருக்கியே சொல்லக்கேளே"
"சொல்லக்கோள் சுத்தகெங்கை தனிலே சாய்க்க
சுயம்பாகி ரவிபோல ஒளியாம் செம்பு
உல்லாசமதன் தேகம் ஊறலற்ருல்
உறுதியாய் தாம்பர முரல் போகும்"

செம்பு கட்டிப் போகும். கட்டுவதல்லாமல் ஜோதி யாகி பத்து வயதாகும். மூத்திரத்தில் சாய்த்தால் ஊரல் போகுமா? ஆழ்ந்து யோசியுங்கள்.

"மேலும் நாதவிந்தாலே சரக்கெல்லாந்தான்
அல்லலன்றி கட்டுமடா சொல்லக்கேளு
அன்பனே நவபாஷாண முதற்கொண்டுந்தானே"

என்பதினுல், எல்லா சரக்குகளுக்கும் சுத்தகெங்கையினு லரைத்து காரசாரத்தால் கவசம் செய்து சிறுபுடமிட நெருப் பிற்கு ஜெயித்து நிற்குமென்பதாம்.

காரசாரத்தின் பரீக்ஷை தாம்பரத்தில் கொடுத்துப் பார்ப்பதாம். தாம்பரத்தின் களிம்பை நீக்கும் மருந்தே நம் உடலிலுள்ள களிம்பை நீக்கும். தேகமது சுத்தியாகி மல ஜலம் அற்றுப்போகும் என்பதாம்.

இதைப் போலவே நாகம், வங்கம் முதலிய உலோ கங்களே உருக்கிச் சாய்க்க மணிபோல் கட்டி ஒளி தருமென்க.

அயத்தைக் காய்ச்சி சாரத்தில் தோய்த்து எடுத்து உருக்கு குகையில் வைத்து மூடி சீலே மண் செய்து உலேயில் வைத்து ஊத செம்பாகும். அதைப் போன்றே நாகம், வங்கம் செம்பாகும்.

இந்த மூன்றையும் சம அளவு எடுத்து உருக்கினுல் குங்குமப்பூ நிறத்தில் உருகி நிற்கும். இது நவலோகங்களுக்கு குருவாகும்.

எல்லா உலோகங்களையும் தனித்தனியே உருக்கலாம்' இந்த குருவில் 100-க்கு ஒன்று கொடுத்து உருக்கினால் 10 மாற்றாகும்.

கற்ப லேகியம்

பாண்டத்தை அடுப்பில் வைத்து சுட்டபின்பு விந்து வென்ற அமுரியைவிட்டு கொதி வந்தபின், ஆதி அந்தம் சூரணித்து இதில் கொட்டிக் கிண்டி, பொன் நிறமாக வரும் சமயத்தில் எடுத்துக்கொள்ளவும்.

இந்த லேகியத்தை புன்னக்காயளவு காலை மாலை சாப்பிட, நிச்சயமாய் தேகம் வஜ்ஜிரகாயமாகும். இதில் முன் சொன்ன அண்ட சுன்னம் குன்றியளவு கூட்டவும். பாஷாணங்களிலும், உலோகங்களிலும் கொடுக்கக் கட்டும். சாப்பிட உடல் வஜ்ஜிரகாயமாகும் என்பதாம்.

கற்ப மெழுகு

அண்டத்தில் சாரம் விட்டுப் பிசைந்து ரவியில் பிரதி தினமும் வைத்து மெழுகான பக்குவத்தில் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

இம் மெழுகில் கெச்சக்காயளவு எடுத்து முன்சொன்ன அண்ட சுன்னத்தை அரிசியிடை எடுத்து மெழுகுடன் கூட்டி ஒரு ஆண்டு கொள்ள, காயம் வஜ்ஜிரம் போல் ஆகி பளபளக்கு மென்பதாம்.

துருசு சுன்னம்

துருசை நாத நீரில் ஊட்டி ரவியில் வைக்க நான்கு ஜாமத்தில் களிம்பற்று சுன்னமாகும்.

இந்த சுன்னத்தால் ரசம் சுன்னமாகும். ரசம் ஒரு பலத்தில் துருசு சுன்னம் ஒரு குன்றியிடையிட்டு நாத நீரால் அரைத்து சிறுபுடமிட ரசம் சுன்னமாகும். இந்த ரச சுன்னத்தால் நவலோகமும் தங்கமாகும். அறுபத்தி நாலு சரக்கும் மடியும்.

குழித்தைலம்

அண்டத்தில் குருத்தைலமிறக்கி அதில் அமுரிவிட்டுக் கலக்கி முன் சொன்ன அண்ட சுன்னத்தை இதில் கலந்து

எல்லா ஒடும் சரக்குகளுக்கும் சுருக்குத் தாக்க மெழுகாகும். சுருக்குத் தாக்குவது ரவியில் வைத்துச் செய்யவேண்டும்.

எந்த உலோகமாயினும் சரி; ஒரு பவுண்ட் எடுத்து உருக்கி மேற்சொன்ன மெழுகில் ஒரு குன்றியிடை தாக்க தங்கமாகும்.

"சரக்குகளை ரவியிலிட்டு சுறுக்கு ஏற்ற
சாற்றுகிறேன் வாதமிதில் கோடியாகும்"

—என்கிறார் அகத்தியர்.

அவ்வளவும் நாதவிந்தின் செயலாகுமென்பதை மறவாதே என்கிறார். ஷெ மருந்தைக் கொண்டு,

"மவுனமாய் நின்றுகற்பம் சாதித்தாக்கால்
மகிழ்ச்சியுடன் சொல்லுகிறேன் முதலாமாண்டில்
தவத்தாலேயொரு சட்டையுரியும் பாரு
தண்மையுடன் இரண்டாண்டில் ஒன்றுபோகும்
அவையடக்க மூன்றிலொன்று கழண்டுபோகும்
அப்பனே மூன்று சட்டை யுரிந்து போனால்
இவனுக்கு வயது சொல்ல முடியாதென்று
என் குருவும் எந்தனுக்கு உரைத்தார் தானே"

—என்று அகத்தியர் சொல்வதையும் காண்க.

முப்பூ சுண்ணம்

காரமென்ற அண்டக்கல் ஒன்று. சாரமென்ற அமுரி நான்கு. இரண்டையும் கரைத்து மூடி 3 நாட்கள் வைக்கவும். நாலாம் நாள் மேல் தெளிவை மாத்திரம் இறுத்து தீபாக்கினியில் காய்ச்சவும். கொஞ்ச நீர் இருக்கும்போதே எடுத்து ஒரு பீங்கானிலூற்றி ரவியில் வைக்கவும். அவ்வப்பொழுது கத்தி கொண்டு கீரி விடவும். இது பூத்துக் காயும். இதற்கு சமன் வீரம் கூட்டி அமுரி விட்டரைத்து வில்லை தட்டி காயவைத்து மண் அகலில் வைத்து மண் அகல் மூடி சீலை மண் செய்து, குக்கிடபுடமிட சுன்னமாகும். இதுவே முப்பூ சுன்னம்.

இச் சுன்னம் மஞ்சளுக்கு சிவக்காது.

"சவுக்காரவைப் புஞ்சார நீர் வைப்புஞ்
சிவக்காது மஞ்சளிற் சென்றுலுமையா
தவக்காரரல்லோ தான் முடிப்பார்கள்
பவக்காரனுக்கு பலியாது தானே"

—என்று நந்தீஸ்வரர் சொல்வதைக் காண்க.

இந்த சுன்னத்திற்கு சம எடை பாதரசம்விட்டு அமுரி விட்டு அரைத்து வில்லை செய்து காய்ந்தபின் முன்போல் அகலில் வைத்து முழப்புடமிட சுன்னமாகும்.

இதில் 5 கிராம் எடுத்து அமுரி கொஞ்சம் விட்டுக் கலக்கி துருசுக்குப் பூசி, அதன்மேல் காரம் என்ற அண்டத்தைக் கவசம் செய்து முன்போல் உலர்த்தி புடம் போட சுன்னம். இந்த துருசு சுன்னத்தால்,

"வாசித்த சுன்னத்தால் சரக்கெல்லாந்தான்
அன்பனே சுன்னமாம் சுன்னந்தாலே
வீசினல் தொந்தமது கோடாகோடி
விளம்புகிறேன் துரைகோடி கோடிதானே"

—என்கிறுர் அகத்தியர்

இந்த சுன்னத்தால் கோடான கோடி பொன் விளையுமென்கிறுர்.

மேற்சொன்ன நாதவிந்து உடலில் சேர்ந்து ஊறி நின்றுல் காயமது சித்தியாகும். இவனே ஜெகத் குருவென்று அழைக்கத் தகுந்தவனென்பதாம்.

சொருபக் குளிகை

நவசாரம், பூநீர், வெடியுப்பு, வெங்காரம், சீனம், பாறையுப்பு, பச்சை கற்பூரம், சோற்றுப்பு, மூங்கிலுப்பு, வளையலுப்பு வகைக்கு 150 கிராம் எடுக்கவும்.

14 படி அமுரியில், ஒரு படி காரம் சேர்த்துக் கரைத்து 3 நாட்கள் மூடி வைத்து, ஐந்தாம் நாள் தெளிவிருத்துக் கொள்ளவும்.

அதை ஒரு பெரிய மண் பானையில் ஊற்றவும். அரிதாரம், வீரம், கௌரி, வெள்ளை பாஷாணம், பூரம், லிங்கம், மனேசிலை, மிருதார்சிங்கி, ரசம், கெந்தி, துருசு வகைக்கு 35 கிராம் எடுத்து ஒரு துணியில் முடிந்து டி பானையில் டோளயந்திரமாய் தொங்கவிட்டு, பானையை அடுப்பேற்றி கமலாக்கினியாய் எரிக்கவும். நீர் சுண்டிய பக்குவத்தில் எடுத்துப் பார்க்க எல்லா சரக்கும் கட்டியிருக்கும்.

அவைகளைப் பீங்கானிலிட்டு ரவியில் வைத்து உலர்த்தவும்.

உலர்ந்த பிறகு நுணுக்கி சூரணம் செய்யவும். உப்புகளையும் சூரணம் செய்யவும். இரண்டையும் கலந்து செம்பினுல் செய்த வாலையில் சூரணத்தையிட்டு மேலே மூடி உளுந்து மாவை முட்டை வெண்கருவினுலரைத்து அதனுல் கெட்டியாய் சீலை செய்யவும்.

பிறகு அடுப்பேற்றி, காடாக்னியாய் எரிக்கவும். இதில் திராவகம் வடியும். இது ரத்தம் போல் சிவந்து இருக்கும்.

இந்த திராவகத்தை பாதரசத்திற்கு நான்கு மணிநேரம் சுருக்குத் தாக்க ரசம் கட்டிப் போகும். மணியாக செய்து கொள்ளவும்.

இந்த மணிக்கு காரத்தில் சாரம் விட்டரைத்து கவசமிட்டு ஒரு விறட்டியில் புடமிடவும். எடுத்து முன் போலவே கவசம் கட்டி இரண்டு விறட்டியில் புடமிடவும். இப்படி ஐந்து புடங்கள் நீர்த்தால் காரமுள்ள குளிகையாகும்.

இந்த குளிகையை வாயிலிட்டால் ஜடத்தை மேலே தூக்கும்.

மேற்சொன்ன திராவகத்தால் நவலோகமும் ஒரு நொடிக்குள் பழுக்கும். இந்த திராவகத்தை உள்ளுக்கு ஊட்டினுல் பிணமும் எழுந்திருக்கு மென்கிறுர்—அகத்தியர்.

நவரத்தினங்கள் சாகுமாம். பத்து எடை தாம்பிரத்தை உருக்கி, இந்த திராவகத்தில் ஓரிடை கொடுத்தால் பத்தரைமாத்து தங்கமாகும்.

முன் சொன்ன முறைப்படி ரச குளிகைக்கு நூறு தரம் புடமிட்டு சாரணை தீர்த்தால், அதன் வேகம் சொல்ல முடியாது.

ஒரு சேர் வங்கத்தை உருக்கி இக் குளிகையை அதிலிட்டால் நீர்வாங்கும். பத்து மாத்து தூய வெள்ளியாகும்.

இக் குளிகையை பாலிலிட்டால் மளமளவென நீரைக் குடித்துவிடும். இதை வாயிலிட்டால் ஒரு நொடியில் அண்டமெல்லாம் காற்று போல் சுற்றி வரலாம். இதுவே சொருப குளிகை என்பதாகும்.

ஷ திராவகத்தின் பிரயோகம்

ஒரு சேர் இரும்பை நன்றாகக் காய்ச்சி திராவகத்தில் ஒரு அணு குத்தினால் செம்பாகும். இந்த செம்பில் ஒரு பங்கு எடுத்து 100 பங்கு கொண்ட பித்தளை, அல்லது வங்கத்தில் கொடுக்க 10 மாத்தாகும்.

திராவகத்தினால் கற்பம்

இத் திராவகத்தில் குன்றியளவு, நாதத்தில் ஊட்டி காலை—மாலை உட்கொள்ள நரைதிரைகள் மாறும். நரம்புகள் இறுகும்; உடல் கட்டும்.

காரசார செயநீர்

காரத்தில் சாரம்விட்டு கரைத்து தெளிந்த நீரில் 64 சரக்குகளும் தோளாந்திரத்தில் எரிக்க கட்டிப் போகும்; சுத்தியாகும்.

இந்த செயநீர் கிட்டிவிட்டால் அகண்டமே உன் கையிலுள்ள தென்கிறார் நந்தீஸ்வரர்.

"தேனான உப்பை திராவகம் செய்தால்
வானாமகண்டம் வருகாணலாச்சே"

என்பதைக் காண்க.

பிண்டம் என்று சொல்லப்பட்ட மூலிகையினால் செய்த கற்பமே உடலையும் உயிரையும் பிணைத்து சாகா நிலையையுண்டாக்கும். இலை, கொடி, வேர் முதலிய மூலிகைகளினால் காணும் பயன் வெகு எளிமை. உடலை சில நாட்கள் ஆரோக்கியமாய் காப்பாற்றலாம். ஆனால் உடல் அழிந்து உயிர் பிரிந்துவிடும்.

"உருக்காணா மூலியுட பீடங்காணார்
உலுத்தரப்பா மூலிகையால் மாண்டார் கோடி
கருக்காணார் கட்டதுவுங்காணார் கோடி
கடைகெட்டு லூதிக்கண்போனார் கோடி.
உருக்கலந்த முதற்பிண்ட மூலிகாணார்
ஓகோ கோ காசளவு பொன்காணாரே"

என்றதை நோக்குக.

அத்தியாயம் 9

கற்பம் உண்ணும் விவரம்

"சித்தர் மயமாவதற்கு மைந்தாகேளு
தீர்க்கமுடன் அகாரமதை ஆண்டு சேவி
முற்றுபெற ஜெபித்தபின்பு உகாரந்தன்னை
மூர்க்கமுடன் ஆண்டொன்று ஜெபித்துத்திரு
பக்தியுடன் ஜெபித்தபின்பு மகாரந்தான்
பாலகனே ஆண்டொன்று பதிவாய் சேவி
புத்தியுடன் இது மூன்றுஞ் ஜெபித்துதீர்த்தால்
பூரணமும் காரணமும் பொருந்தும்பாரே"

—அகத்தியர்.

செபம் என்பது கற்பத்தை உடலில் சேர்ப்பது. முதலில் அகாரம் என்ற அமுரியை ஒரு வருடமும், பிறகு உகாரம் என்ற உப்பை ஒரு வருடமும், அதன் பிறகு மகாரம் என்ற இரண்டும் சேர்ந்த பொருளை ஒரு வருடமும் உட்கொள்ள வேண்டுமென்பதாம்.

அமுரியென்பது விந்து. அதுவே சாரம், அதுவே அப்பு, தண்ணீராகும்.

"போற்றவென்றால் அகாரமது என்னசொல்வேன்
பூரணமாங் கண்மணியே புகலக் கேளு
பார்த்திபனே அகாரமடா விந்து விந்து
பதிவான விந்துவடா சாரமாகும்
சாற்றியதோர் சாரமது அப்பு அப்பு
சங்கையில்லா அப்பதுவுந் தண்ணீர் தண்ணீர்
போற்றியதோர் தண்ணீர் வெண்சாரையாகும்
தெவிட்டாத சாரையடா அமுரிதானே"

—என்பதைக் காண்க.

முதல் ஒரு ஆண்டுவரை அமுரியை உட்கொள்ள வேண்டும்.

இரண்டாம் ஆண்டு காலையில் அமுரியும், மாலையில் உகாரத்தில் அமுரி சேர்த்து உண்ணவேண்டும்.

இதையறியாது கோரக்கர் மூலி கெஞ்சாவென்று செய்து பலர் கெட்டார் என்கிறார் அகத்தியர்.

"புளியுமது நவநீதமிதுதான் கேளு
புகழான கர்ப்ப முண்டோர்க் கெய்தும் வாதம்
அறியாத கோரக்கர் மூலிதானும்
அப்பனே கெஞ்சா வென்றுண்டு செத்தார்
புளியதுவே கோரக்கர் மூலியாகும்
புகழாக உண்டோர்கள் சித்தரானோர்"

—என்பதைக் காண்க.

இந்த புளியே உகாரம். இது அமுதத்திலிருந்து எடுக்கக்கூடிய வெண்ணை.

"உப்பதுவாம் உவர் அதுவாம் புளியுமதுவே"

—என்கிறார் அகத்தியர்.

இப்படி இரண்டு வருடங்கள் கொள்ள,

"அல்லப்பா தேகத்தின் கசடுதானும்
அன்பனே ஓராண்டில் போகுஞ்சொன்னேன்
கல் ஜடமாம் உறக்கமற்று சிவயோகந்தான்
கனவாச மூலத்தில் தானாய் நிற்கும்"

—என்று சொல்கிறார்.

காயத்திலுள்ள கசடுகளான நீர்கள் எல்லாம் ஒழிந்து போம். உறக்கமென்ற தூக்கம் போம். தானாகவே வாசிலய மாகும். அப்பொழுதே அவன் நிரந்தரமான சிவராஜ யோகவானாவானென்பதாம்.

இப்படி 10 ஆண்டுகள் இக்கற்பத்தை உண்டால் அவன் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு வாழ்வான் என்பதாம்.

"கருநெல்லிக்கனி" ஓர் கற்பமென்று
நாடுகாடெல்லாம் திரிந்து வெகுபாடுபட்டு
கருநெல்லியைக் கண்டெடுத்து சாப்பிடுவதில்
என்ன பயன்

"மேலுங்கேள் கருநெல்லிக்கனியையுண்டு
மேன்மையுடன் தேகசித்திப் பெருவாரில்லை"

—என்கிறார் அகத்தியர்.

அத்தியாயம் 10

கற்பம் உண்ண வயது

"அறிவாய் நீ யோகமது செய்வதற்கு
அன்பாக பதினறு வயதின் மேலாய்ச்
சிறியதொரு பருவமதே நல்லதாகும்
சிறப்பான வயது முப்பதுக்குள் நின்று
குறிபோலே முப்பது வயதுக்கு மேலேதானும்
குலவு நாற்பதுக்குள்ளே சகமதாகும்
நெறியாகும் நாற்பதுக்கு மேலே தானும்
நேராமைம்பது வரைக்கும் வருத்தமாமே."

வருத்தமது ஐம்பதுக்கு மேலேதானும்
வயதறுபதாகிடிலோ பலனே கொஞ்சம்
திருத்தமுடனறு பதுக்கு மேலேயப்பா
செய்தாலும் செய்த பலன் கிட்டுமப்பா
பொருத்தமிலா எழுபதுக்குமேற் கூடாய் போகும்
பொருந்தாது மறுஜென்மம் வாய்க்கும் யோகம்
அருத்தமுடன் பனிரண்டு வருடஞ்செய்து
அதுமுடிந்த பிற்பாடு கற்பங் கொள்ளே

இங்கு குறிப்பிட்டது யோகம், கற்பம் முதலியவை அறுபதுக்குள் முடிக்க வேண்டுமென்று புலனுகிறது.

அதற்குமேல் எலும்பிலுள்ள சத்து உலர்ந்து போய், கூடாய்ப் போகுமென்கிறுர் திருவள்ளுவ நாயனுர்.

(கற்பம்-300)

அத்தியாயம் 11

பிராணுயாமம் செய்யும் முறை

ஆசிரியர் இயற்றிய "அமுத கலசம்" என்னும் நூலில் யோகம் என்ற தலைப்பின் கீழ் வெகு விரிவாய் இதைப் பற்றி எழுதியுள்ளதை நோக்கற்பாலது.

மூன்று ஆண்டுகள் கற்பம் உண்டால் 21600 சுவாசமெல்லாம் மூலந்தன்னில் ஒடுங்கி அடங்கிப் போகும்; அது அடங்கினுல் உடல் உயிரும் ஒன்ருய்ப் போகும்; ரவி மதியும் ஒருமித்துப்போம். சுழிமுனை உள்ளுக்குள் நடக்கும்.

கற்பம் உண்டால்தான் திடமுடனே உதகமது இறங்கும். தீர்க்கமுடன் உடலுக்கு அழிவு இல்லை. பிராணுயாமம் சித்தியாக முன்சொன்ன தீட்சையை முடிக்க வேண்டும்.

கற்பம் உண்டு, உடலை தசதீட்சை செய்து சித்தி செய்துகொண்டால் அதுவே பிராணுயாமமாக முடியும். சுழி முனையில் காற்றும் வன்னியும் ஒடுங்கும்.

"நாடியவர் தசதீட்சை பிராணுயாமம்
நாட்டிவைத்தால் அவனுக்குப் பிராணுயாமம்சித்தி
நீடியிதை விட்டுவிட்டு உலகத்தோர்கள்
நேரானபிராணுயாமம் செய்துசெத்தார்
கூடி யிவையறிந்தவனே ராஜயோகி
குருவறியான் பிராணுயக் குருடுதானே"

"மருளான மருளனைப்போல் தீட்சைவிட்டால்
மண்ணுச்சுப் பிராணுயம் ஒன்றுமில்லை
திருடான இப்பாடல் சித்தரெல்லாம்
திருட்டுவித்தை பிராணுயம் செப்பினுரே"

"செப்புகிறேன் பிராணயம் சித்தியாக
சிவன்சொன்ன கற்பமுன்னே தின்றிட்டால் சித்தி
ஒப்புகிறேன் கற்பகத்தைவிட்டு நீயும்
யுகம்வரைக்கும் பிராணயம் பண்ணினாலும்
தப்புகிறேன் என்றல்லோ சீவன் தப்பிப்போகும்
சாதகமாய் கற்பமுண்டால் பலந்தான்கேளு
முப்புகிறேன் முன்னூற்றி யருபத்திரண்டு
மூதண்ட ருத்திரன் போலிருக்குப் பாரே"

ஆகவே கற்பமுண்டு காய சித்தி பெறுவதே பிராணயாமம். அதைவிட்டு பிராணயாமம் மாத்திரம் ஒருவன் செய்தானானால் நிச்சயமாய் செத்தே போவான் என்கிறார் அகத்தியமுனி.

கற்பத்தைத் துவக்க துலாமாதமாகுமென்று சொல்கிறார்.

தினந் தினமும் கற்பத்தை சாதித்துவந்தால் தீர்க்கமுடன் வாசி எல்லாம் தனதாகி அடங்கிப்போம்; சுழினை மாத்திரம் தனக்குள் நடக்கும்; வெளிவராதென்பதாம்.

மௌனமென்ற சிவதீட்சையும் தசதீட்சையே யாகும்.

தட்சிணாமூர்த்தி சின்முத்திரையால் அறிவித்த சிவசக்தியை (எட்டிரண்டை) சேவித்தாலே மௌன திட்சை என்றறியவும். இதுவே வாசியோகமாம்.

"ஏச்சிட்டார் சிவதீட்சை பத்தையும்தான்,
இதமாக மறைத்தல்லோ வாசியென்றும் சொன்னார்"

—என்பதைக் காண்க.

"கேளப்பா அகண்டத்தில் மௌனதீட்சை
கெடியான கேசரியால் காணும் காணும்
நாளப்பா மந்திரங்கள் ஒன்றுமில்லை
நாளில்லை பாவில்லை நானென்பதில்லை

ஆளப்பா அகண்டவெளி கோடிபானு
சுடர்கோடி காந்தியைப்போல் தோற்றும்தோற்றும்
வாளப்பா இதுவல்லோ மௌனதீட்சை
மகத்தான இந்நூலே மாட்டும்பாறே"

—என்கிறார் அகத்தியர்.

தீட்சை முடித்தவர்கள் இருக்கும் ஊரில் வினைகள் வராதென்கிறார் அவர்.

"வாசாதே தீட்சை வந்தோர் வாழ்ந்திருந்த ஊரில்
வருகாது வருகாது வினைகள் தானே."

—அகத்தியர் அந்தரங்க தீட்சாவிதி

அத்தியாயம் 12

கற்பம் சாப்பிடும்போது உணவு விதியும் பத்தியமும்

பச்சரிசி, பாசிப்பயறு, மிளகு, சீரகம், தேங்காய் நெத்து, பசுநெய் சேர்த்து பொங்கல் செய்து பகல் ஒருவேளை மாத்திரம் பாதி வயிறு உண்ணவேண்டும். இரவில் பசும் பால் சாப்பிடவேண்டுமென்பதாம்.

வாரத்திற்கொருமுறை பஞ்ச கல்ப ஸ்நானப் பொடியை அமுரியில் கலக்கி தலையில் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்க வேண்டும். பசு நெய்யும் மற்றொரு வாரம் தேய்த்துக் கொள்ளவேண்டும். பெண் உறவு அறவே கூடாது.

"தெரியும்பார் பாடுபட்டால் சொரூபம்சித்தி
தெரிந்துமே வருகுமப்போ விந்துவிட்டால்
குறியும்பார் வெந்துடனே விளைமீளாது
கூறுகிறேன் தேகமுமே அழிந்து போகும்"

—என்பதைக் காண்க.

மேனாட்டு சித்தர்கள் தங்கள் நூல்களில் உணவு கட்டுப்பாட்டைப்பற்றி ஒன்றும் குறிப்பிடவில்லை. ஆயினும் நம் நாட்டு வெப்பதட்பத்திற்குகந்தாற்போல் உணவின் தகுதியை நம் சித்தர்கள் சொல்லியிருக்க வேண்டுமென்று நாம் உணரவேண்டியுள்ளது.

பத்தியம்

மற்றும் கற்பமுண்ணும்போது காய்கறிகள், கிழங்கு வகைகள், புளி, உப்பு முதலியன உபயோகிக்கக்கூடாது.

"மேன்மையாய் கறிவகைகள் மூலஞ்சேர்ந்தால்
செய்கின்ற தீட்சைக்கு வேகமில்லை
செங்கதிர்போல் தேகமாம் வெண்மையில்லை
மெய்யாக புளிதனிலே பழுதுண்டாகி
மேன்மையாங் காரமெல்லாம் புழுக்களாமே"
"புழுக்களது ஜெனித்துமே புளியைக் கொல்லும்
புளிப்பாழு, உவர்ப்பாழு, துவர்ப்புப்பாழு"

என்பதினால், விலக்கவேண்டிய உணவை விலக்கினால்தான் கற்பம் பயனைத் தருமென்க.

மற்றும்,

"போனாலும் கர்ப்பங்கள் கொள்ளும்போது
புலத்தியனே கனநடையும் மழையுங் காற்றும்
ஊனான மனிதர் சஞ்சார மாய்கை
உத்தமனே சோம்பலுந் தூக்கத்தோடு
மானாகேள் பிதத்தலும் கோபத்தோடு
கோனானகறிவகை சுவையினோடு
கூறிவந்த இதுகளெல்லாந் தள்ளு தள்ளே"

—அகத்தியர் அந்தரங்க தீக்ஷாவிதி

என்பதையும் காண்க.

அத்தியாயம் 13

கற்பம் உண்ணும் போது உதிக்கும் பிணிகள்

"அப்பனே முதலாண்டில் காயந்தன்னில்
புண்டுபோல் அநேககோடி நோய்கள் தானும்
புழுப்போல துளைத்துமே கனலாய்வீசும்
வீசுவதும் போதாமல் குறடுகொண்டு
வெடுக்கெனவே பிடுங்குவது போலாம் தேகம்
நீசசொறி குட்டம்போல் காணும்பாரு"

மற்றும் கைகால் அசரும், கை எரியும், கண்கூசும், வாயுங்கூசும், கண்டம் பச்சை புண்ணாய் காணும், தீபனம் அதிகமாகும்; மயக்கும் வரும், பேதிகாணும், உடல்பெல் லாம் புண்ணாகும், தடித்து காணும், இந்திரியம் உடைந்து காணும், தண்ணீராய்ப் போய்விடும்; கொள்ளியால் சுட்ட புண் போல் நாபியது வெந்து போகும், வாய் குமட்டும்; கை எரியும், நீர்கடுப்புதோணும், தேகமெல்லாம் கடுப்பு தோணும், நீர்தாரை புண்ணாகும், நரம்பெல்லாம் தளர்ந்து காணும்.

இக் கற்பம் கொள்ளும்போது உடலுக்குள் தொண் ணூத்தாறு தத்துவங்களும் சீறி யுத்தம் செய்வர்.

ஆனால் நாளடைவில் எல்லா நோய்களும் பறந்து போம். புதிதான பாலனவாய் என்பதாம்.

அத்தியாயம் 14

கற்பம் சாப்பிடும்போது சமாதி

"வகை என்னபூமியின்கீழ் அரை ஒன்றாகும்
அப்பனேபூமிமேல் அரை ரெண்டாகும்
தகமையுடன் தான்கட்டிச் சாந்துபூசி
தண்மையுடன் சாம்பிராணி புகையும்போட்டு
வகையுடனே முதலாண்டு வரைக்குந்தானும்
வண்மையுடன்மேல் அரையில் இருநீ அப்பா
அகமகிழ அதன்பின்பு பூமிக்கீழே
அப்பனே இருக்கின்ற அறையிற் செல்லே"

"அறைதனிலே ரெண்டாண்டு முதல்தான் கொண்டு
அப்பனே பதினொன்று வரைக்கு நீதானும்
உரைக்கிறேன் இருந்தாலும் பகல்கள் தன்னில்
உத்தமனேமேல் அரையில் இருக்கவேண்டும்
அறைகிறேன் இராத்திரியில் சொல்லக்கேளு
அப்பனே கீழறையில் இருக்கவேண்டும்
சரஸமுடன் இப்படியே நீ இருந்து
சார்புடனே கற்பமதைச் சாதிப்பாயே"

—அகத்தியர் அந்தரங்க தீட்சாவிதி

இதற்கு விளக்கம் தேவையில்லையென்று கருதி பாட லுடன் நிறுத்திக் கொள்கிறேன்.

அத்தியாயம் 15

மருந்தில் முப்பூ குரு

உப்புமில்லே சப்புமில்லே என்றும், காரசாரமில்லாதது என்றும் சாதாரண மக்களும் சொல்வதை நாம் கேட்டுள்ளோம். எவ்வளவு நேர்த்தியாக சாம்பாரோ, ரசமோ சமைத்தாலும் அதில் உப்பு தாளிப்பு இல்லாவிடில் எப்படி நமக்கு ருசிக்காதோ அதைப்போன்று மருந்துகளுள் காரசாரம் சேராவிடின் அது குறிப்பிட்டபடி நோய்களை நீக்க முடியாது.

சூரணங்கள், பற்பங்கள், செந்தூரங்கள், லேகியங்கள் தைலங்கள் முதலிய எல்லா மருந்துகளுக்கும் இக்குரு மருந்து சேர்ந்தால் "விருந்தும் மருந்நும் மூன்றே நாட்கள்" என்றபடி, நோய்கள் குறிப்பிட்ட நாட்களில் குணமாகுமென்பதாம். பாஷாணங்களை எடைபோகாது நீற்றுவதற்கு இக் குருமருந்தை ஒரு குன்றியளவு பூசி புடமிடின்பற்பமாகவும், இதன் மெழுகை கவசம் செய்து நெருப்பில் வாட்ட உயிர் சரக்குகளும் மெழுகாகுமென்றும், மருந்துகளின் குணத்தை ஆயிரமாயிரம் பங்கு வலிமைப்படுத்துகிறதென்றும் சித்தர்கள் சொல்லலாயினர். ஒரு கடுகளவு மருந்தைக் கொடுத்து தொழுநோய், பெருநோய் முதலியவைகளை ஒரு நொடியில் குணப்படுத்தலாமென்றும் நம் நாட்டு சித்தர்கள் சொல்லியுள்ளனர்.

சித்தர்கள் நூல்களில் சில வைத்திய காவியம், நாடி சாஸ்திரம், வாத காவியம், பூசாவிதியென பல விதங்கள் நாம் காண்கிறோம். வைத்திய நூல்களிலும் செந்தூரம் முன்னூறு, தைலவிதி 200 என பிரித்து எழுதியுள்ளார்கள். உதாரணமாக அகத்தியர் வைத்திய பூரணம் 205-ல் பல விதமான பற்பங்களின் செய்முறைகள், அவைகள் நீக்கும் நோய்கள் வெகு விரிவாகவும், தெளிவாகவும் எழுதியுள்

ளார். ஆனால் அதன்படி செய்தோமானால் அவர்கள் சொல்லியபடி மருந்து முடிவதில்லை. ரசபற்பம் முதலியவைகள் அவர் சொல்லியபடி முடிந்தாலும் வாய் பிடித்துவிடும்; அல்லது நோய் குறிப்பிட்டப்படி நீங்காது. இதற்கு காரணம் ஒன்றுண்டு. அவர்கள் முதல் பாட்டாகிய காப்பிலோ அல்லது அதைத் தொடர்ந்து வரும் பாடல் சிலவற்றிலோ குரு மருந்தை சொல்லிவிட்டு பிறகு மருந்துகளின் செய்முறைகளைப் பற்றி எழுதியுள்ளனர். ஆகவே நாம் அக் குரு மருந்தை முதலில் முடித்துக்கொண்டு பிறகு அதன் வீரியத்தால் மருந்துகளை முடித்தல்வேண்டுமென்று நாம் அறிய வேண்டியுள்ளது.

மேற் சொன்ன அகத்தியர் வைத்ய பூரணத்தில் குரு பற்ப காண்டம் என்ற அதிகாரத்தில் முதற் பாட்டில் குரு மருந்தை சொல்லிவிட்டு பிறகு அயபற்பத்தைப் பற்றி சொல்ல ஆரம்பித்து பலவித உயர்ந்த பற்பங்களைப் பற்றி எளிய முறைகளைச் சொல்கிறார்.

பாடல் 8-ல் அக் குருமருந்தைக் காணலாம். அதைப் பார்ப்போம்.

"பற்பமாகின்ற வகையதனைக்கேளும்
பாடினேன் பல நூலில் காரசாரஞ்
செப்புகிறேன் மூலிகையினீ திற்றானால்
சீடனுக்கு மனத்தெளிவு தானுண்டாகும்
எப்போது முண்டுவரப் பயமேயில்லை
யின்னூலை வெளிதாக வியம்பவேண்டாம்
நுட்ப வகையெந்நூலிற் தப்பா தப்பா
நுணுக்கமாய்ச் செய் தொழிலினுண்மை பாரே"

என்ற பாடலிற் காரசாரமென்ற நாதவிந்து அறிந்து அதை நீற்றிக் கொண்டால்தான் மனத்தெளிவு உண்டாகுமென்கிறார் அகத்தியர்.

அதைப் போன்றே ஒவ்வொரு சித்தர் நூலிலும் நுணுக்கத்தை காப்பு என்ற தொடக்கப்பாடலோ அதைத் தொடர்ந்த சில பாடல்களிலோ நாம் பார்த்து அறிந்து கொள்ளவேண்டியது அவசியமாகும்.

"டேடின்" என்னும் ஒரு மேனுட்டு ரசவாத விஞ்ஞானி சொல்லுகிருர்.

"அது (குருமருந்து) ஒருமாத கால நோயானல் ஒரு நாளில் குணப்படுத்தும்; நிராத நோயாயிருப்பின் ஒரு மாதத்தில் குணமாக்கும். ஆகவே எல்லோரும் இம் மருந்தை முடிக்க முயலவேண்டும்" என்கிருர்.

நாமும் முயலுவோம். ஆண்டவன் அருள் யாருக்குக் கிட்டுகிறதோ அவர்களுக்கு இது கிட்டுமென்பதையும் அறிகிறோம்.

(முற்றிற்று)

வாத வைத்தியத்துக்காதி

ஆசிரியர் :
வைத்திய ரத்தினம்
V. பலராமய்யா, B.A., B.L.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு பெற்றவர்)

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
சென்னை - 600 106

வாத வைத்தியத்துக்காதி

ஆசிரியர்
வி. பலராமய்யா பி.ஏ., பி.எல்.,
ஓய்வு பெற்ற மாவட்ட நீதிபதி

வெளியிடுவோர் :
அருள்ஜோதி பதிப்பகம்
ஜட்ஜ் பங்களா, சஞ்சீவி நகர், அரும்பாக்கம்,
சென்னை-600 106.

முதற்பதிப்பு : டிசம்பர், 1967
இரண்டாம் பதிப்பு : செப்டம்பர், 1980
மூன்றும் பதிப்பு : ஜூலை : 1988

அச்சிட்டோர் :
மாருதி பிரஸ்
173, பீட்டர்ஸ் ரோடு
சென்னை-600 014.

VADHA VAIDYATHUKKADHI

Editor :
V. BALARAMIAH

This book is a most needed one for the students and young practitioners of Indian Medicine. It deals with the fundamental principles of Siddha medicine in lucid manner, and the greatness of the system is portrayed well. It also gives the classification of diseases with reference to the Pancha Bhuthas, the tests for Bhasmas, purification of mentals and incompatibles. Key to the synonymous words, and concept of Pancheekaranam, are the special features of the book which has been written by a savant of Siddha Medicine.

—'The Hindu' 2nd June, 1968.

வாத வைத்தியத்துக்காதி

ஆசிரியர் :
V. பலராமய்யா

பிரதம மாகாண மாஜிஸ்ட்ரேட், சென்னை.

வாத வைத்தியத்துக்காதி எனும் வைத்திய நூல் ஒவ்வொரு சித்த வைத்தியர் கையிலிருக்கவேண்டிய ஒன்றாகும்.

—மூலிகை மணி

முகவுரை

சித்த மருத்துவமெனப்படுவது சித்தியடைந்த மருந்துகளால் பிணிகளை நீக்குவது எனப் பொருள்படும். சித்தர்களால் அருளப்பெற்றதால் சித்தர்கள் மருந்து என்றும் சிலர் பொருள் சொல்வர்.

சித்த மருத்துவம் தமிழ் தோன்றிய காலத்திலேயே தோன்றியது. அகத்தியர், பதினெண் சித்தர்களில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவர். தமிழ்மொழி அவர் காலத்திலேயே பிறந்ததென்றும் சொல்லப்படுகிறது. ஆயினும் இந்த சித்தர்கள் எக்காலத்தில் பிறந்தவர்கள் எக்காலம் வரையில் வாழ்ந்தவர்களென்பதற்கு நம்மிடத்தில் ஒரு ஆதாரமும் இல்லை. ஆயினும் பல்லாயிரக்கணக்கான வருடங்களுக்கு முன் அவர்கள் தூல உருவத்துடன் இருந்திருத்தல் வேண்டும். சித்தர்களுக்கு மரணம் என்னும் சாக்காடு கிடையாது. ஆகவே அவர்கள் லோக மக்களைப் போல மறையும் தன்மையுடையவர்களாய் இருந்திருக்க முடியாது. அகத்தியர் முதலான சித்தர்கள் இன்னும் உயிருடன் இருப்பதாக தமிழ் மக்கள் நம்புகின்றனர்.

இச் சித்தர்கள் வெறும் சமயத்தையோ குலத்தையோ வளர்த்தவர்களல்லர். சமயம், மதம், குலம் முதலியன அறிவு வளர்ச்சிக்கு முட்டுக்கட்டைகள் என்று ஆணித்தரமாக சித்தர்கள் அறைகூவுகின்றனர். பசி, பிணி, மூப்பு இவைகளை வென்றவர்கள் சித்தர்கள். ஆண்டவன் அருள்பெற்ற நிலையிலேயே இந்த மூன்று பிணிகளையும் தவிர்க்கும் உபாயங்களை மக்கள் நலனுக்காக, சீவகாருண்ய மேம்பாட்டினால் சித்த மருத்துவத்தை குருசிட பரம்பரையாக சொன்னவர்கள். நீர் மேல் நடக்கலாம், ரசவாதம் செய்யலாம், கரடி வெம்புலி வாயையும் கட்டலா

மென்பதையெல்லாம் அவர்கள் உண்மையாக அனுபவித்து சொன்னவர்கள். கட்டுக்கதையாக சொல்லி மக்களை அவர்கள் ஏமாற்றவேண்டிய அவசியமில்லை. அஷ்டமா சித்திகளைப் பெற்று ஞானதேகம் பெற்ற அப் பெரியோர்கள் பொய் பிரட்டு செய்து செல்வம் சம்பாதித்து பெண்டு பிள்ளைகளுக்கு விட்டுப் போனவர்களல்லர்.

ஆகவே சித்தர்கள் அருள்வாக்கில் உதித்த சித்த மருத்துவம் அணுவளவும் பிசகாத மருத்துவமென்பதை மக்கள் நன்கு உணரவேண்டும். ரசகெந்திகளைப் பக்குவப் படுத்தி ரசவாதத்தை எளிதில் முடித்தவர்கள் சித்தர்கள். வேம்பின் பட்டையைக் கொண்டு புற்று நோய், குஷ்டம் முதலான கொடிய நோய்களை குணப்படுத்தியவர்கள் சித்தர்கள். அப் பெரியார்கள் உரைத்த மருந்துகளில் நம்பிக்கை ஒருவருக்கு இல்லையென்றால் அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு சித்தர்களைப் பற்றியும் அவர்களின் தத்துவங்களைப் பற்றியும் அறியாமலிருப்பதே காரணம்.

இந்த நூலில் சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படையாக அறியவேண்டிய நுட்பங்களை மாத்திரம் ஆராய்ந்து எழுத முற்பட்டுள்ளேன். சித்த மருத்துவத்தின் அடிப்படையான தத்துவங்களை (Fundamentals) அறியாமல் ஏதோ ஒன்றிரண்டு மருந்து செய் முறைகளைச் செய்து மருத்துவம் செய்வது மிகவும் கீழ்த்தரமானது. அப்படிச் செய்பவனை சித்தர்கள் "எருமாடென்றும், முட்டாளென்றும்" கடிந்து பேசுகின்றனர்.

ஆகவே நாம் அடிப்படைத் தத்துவங்களை அறிவது முக்கியம். சித்த மருத்துவம் ஓங்குக.

வி. பலராமய்யா

பொருளடக்கம்

பதினெண் சித்தர்கள்

1. நந்தி
2. அகத்தியர்
3. திருமூலர்
4. புண்ணாக்கீசர்
5. புலஸ்தியர்
6. பூனைக்கண்ணர்
7. இடைக்காடர்
8. போகர்
9. புலிக்கையீசர்
10. கருவூரர்
11. கொங்கணவர்
12. காலாங்கி
13. அழுகணி
14. அகப்பையர்
15. பாம்பாட்டி
16. தேரையர்
17. குதம்பை
18. சட்டைநாதர்

செய்யுள்

"நந்தி யகத்தியர்மூலர் புண்ணாக்கீசர்
நற்றவத்துப் புலத்தியரும் பூனைக்கண்ணர்
கந்திடைக்காடரும் போகர் புலிக்கையீசர்
கருரார் கொங்கணவர் காலங்கியன்பிற்
சிந்தி லழுகண்ணர் அகப்பையர் பாம்பாட்டி
தேரையரும் குதம்பையரும் சட்டைநாதர்
செந்தமிழ்ச்சீர் சித்தர்பதி னெண்பேர்பாதம்
சிந்தையுனிச் சிரத்தணியாய்ச் சேர்த்தி வாழ்க"

சிதம்பர ரகசியம்

துருசு	சிவம்	2
வெடியுப்பு	மகேஸ்வரன்	16
காரம்	ருத்திரன்	12
சாரம்	விஷ்ணு	10
கரியுப்பு	பிரம்மா	6
சீனம்	கணபதி	4
உவர் உப்பு	மனோன்மணி	1
		51

அதனதன் அளவுபடி பிசகாமல் கூட்டி எரித்தோ, புடமிட்டோ வைத்துக்கொள்ளவும். இம்மருந்து சரக்கு குருவின் தெய்வப் பெயர் என வழங்கலாயிற்று. தெய்வ உப்பு என்றும் அழைக்கலாயிற்று, சமயோசிதம் போல் உபயோகிக்கவும்.

4448 வியாதிகளின் தொகுப்பு

வாதம்	84	சிலந்தி	68
பித்தம்	48	சன்னி	76
சேத்துமம்	96	வழலை	95
தனுர்வாயு	300	சுரம்	85
க்ஷயம்	7	மகோதரம்	7
பெருவயர்	8	வீக்கம்	5
சூலை	200	உதிரநோய்	16
பாண்டு	10	பிளவை	10
நேத்திரநோய்	96	படுவன்	11

பீலி	8	சத்தி	5
உருவசியம்	5	கல்லடைப்பு	80
பேரறிகரப்பான்	90	வாயு	90
கெண்டை	10	திமிர்நோய்	10
குஷ்டம்	20	மேகம்	21
கதிர்வீச்சு	3	நீராம்பல்	5
மதிவட்டை	5	காதுநோய்	10
சோகி நோய்	16	விக்கல்	10
இசிவு	6	அரோசிகம்	5
மூர்ச்சை	7	மூக்கறுப்பன்	10
வெலிநோய்	46	கடிவிஷம்	500
மூலம்	9	குத்துவெட்டு	700
கழல் நோய்	10	கிரந்தி	48
கடிவிஷம்	76	பொறிவிஷம்	800
கிராணி	25	துடிநோய்	100
பல்நோய்	76	பிள்ளை நோய்	100
மாலைக்கண்	20	குமிளி	7
அதிசாரம்	25	விப்புருதி	18
கட்டி	12	விஷபாகம்	16
கிருமி	6	பிரநீர்கோர்வை	200
முட்டு நோய்	30		
மூதிர் நோய்	20		4448

பஞ்சபூதங்கள்

பஞ்சபூதம்

பிருதிவி	வாயு
அப்பு	ஆகாயம்
தேயு	

பஞ்சபூதம்	நிறம்	சுவை	ஊன்	நாழிகை
பிருதிவி	பொன்	தித்திப்பு	ஊனர்	1¼
அப்பு	வெள்ளை	துவர்ப்பு	நடை	1½
தேயு	சிகப்பு	உவர்ப்பு	அரசு	2
வாயு	கருப்பு	புளிப்பு	தூக்கம்	¾
ஆகாயம்	நீலம்	கசப்பு	மரணம்	½
			நாழிகை	6

ஒரு சாமத்துக்கு —6 நாழிகை

ஐந்து சாமங்களுக்கு { 30 நாழிகைகள் ஒரு பகல்

பஞ்சபூத எடைகளின் விவரம்

பிருதிவி	1¼	அதனதன் எடைகளில்
அப்பு	1½	உயர்வு தாழ்வு கண்டு
தேயு	1	பேதிக்குமாகில் அவுடதங்
வாயு	¾	கள் பயன்படாதென்பது
ஆகாயம்	½	மேலோர்கள் துணிபு.

பஞ்சபூத பட்சிகள்

பிருதிவி — வல்லூறு
அப்பு — ஆந்தை
தேயு — காகம்
வாயு — கோழி
ஆகாயம் — மயில்

கருவி பஞ்சபூத விவரம்

பிருதிவி — மலம்
அப்பு — சிறுநீர்
தேயு — உதிரம்
வாயு — வாய்நீர்
ஆகாயம் — விந்து

பஞ்சபூத பாஷாணங்கள்

பிருதிவி — தாளகம்
அப்பு — வீரம்
தேயு — லிங்கம்
வாயு — வெ. பாஷாணம்
ஆகாயம் — கெந்தி

பஞ்சபூத பாஷாணம்-பதினெண் சித்தர் ராஜ வைத்திய போதினிப்படி

(தனி)

பிருதிவி — கெந்தி
அப்பு — வீரம்
தேயு — கௌரி
வாயு — துருசு
ஆகாயம் — லிங்கம்

காரசாரத்தில் பஞ்சபூதம்

(மச்சமுனிசரக்கு வைப்பு திருமந்திரம்—87)

பிருதிவி — கல்லுப்பு, இந்துப்பு, வளையலுப்பு
அப்பு — நவசாரம், சத்திச்சாரம்
தேயு — சவுட்டுப்பு, வெடியுப்பு, சூடன்
வாயு — வெண்காரம், துருசு, சீனம்
ஆகாயம் — பூரம், வழலையென பெயர் பெற்றது.

இவ்வைந்தையும் அறிந்தால் கட்டினங்களுக்கு மேலாகும்.

பஞ்சபூத உப்பு			பஞ்சலவணம்
பிருதிவி	—	வெடியுப்பு	இந்துப்பு
அப்பு	—	கல்லுப்பு	வளையலுப்பு
தேயு	—	வளையலுப்பு	பாறையுப்பு
வாயு	—	சீனம்	வெடியுப்பு
ஆகாயம்	—	பூநீர்	சவட்டுப்பு

பஞ்சபூத குரு

பிருதிவி	—	கல்லுப்பு
அப்பு	—	வீரம்
தேயு	—	வெடியுப்பு
வாயு	—	பாஷாணம்
ஆகாயம்	—	கற்பூரம்

மெய்ப்பாகமாகக் கூட்டி விளங்கிட அப்பா குரு முறை அறிந்துகொள்ளே.

பஞ்சபூதத்தின் நிலை (கட்டளை திரட்டு)

இந்த தேகம் பிருதிவி, அப்பு, தேயு, வாயு என்ற நான்கு வஸ்துக்களுடைய ஓர் விதமான சேர்க்கை. அதை சேர்க்கும் சாமர்த்தியத்தால் தாம்பூலாதிகளில் சிவப்பு உண்டாவதுபோல் அறிவு என்ற சக்தி உண்டாகிறது. நான்கு பூதங்களும் நிலைத்து இருக்குமிடம் ஆகாயத்தில்தான்.

பஞ்சபூதம் (கமலமுனி சூத்திரம் 156-ன்படி)

பிருதிவி	—	அரிதாரம்
அப்பு	—	வீரம்
தேயு	—	கௌரி
வாயு	—	வெ. பாஷாணம்
ஆகாயம்	—	லிங்கம்

பஞ்ச முகம்

1. சீனம்
2. மாசி பூநீர்
3. பூமி நாதம்
4. வெண்காரம்
5. துருசு

உடல்கூறும், உலோகமும்

நரம்பு	—	வெள்ளீயம்
தோல்	—	காரீயம்
ரத்தம்	—	அயம்
இந்திரியம்	—	சூதம்
நீர்	—	ரஜிதம்

பஞ்சபூதம்

பிருதிவி	—	பொன்
அப்பு	—	காரசாரம்
தேயு	—	கெந்தி
வாயு	—	உபரசம்
ஆகாயம்	—	சூதம்

பஞ்சபூதம் பிரிக்கும் வழி

ஐந்து பூதம் பத்தாக்கி அவை பாதி நன்னான்காக்கி நந்தி தன் பாதி விட்டு நாலுட நாலும் கூட வந்தென ஸ்தூல பூதம்.

பஞ்சீகரணம்

ஞான ஜீவவாதக் கட்டளை ஸ்தூல பூதத்தின் தன்மை கூறல்

தமோம்சமாயிருக்கின்ற ஐந்து பூதங்களுள் ஒவ்வொன்றையும் இரண்டிரண்டாகப் பகுத்து, முதற்பாதி ஐந்தினுள் ஒவ்வொன்றையும் நன்னான்காகப் பகுத்து இரண்டாம் பாதி ஐந்தினுள் தன் தன் பாகத்துடனே கூட்டாமல் மற்ற நான்கு பூதத்துடன் அரைக்கால் அரைக்கால் மாத்திரையாகக் (ஒன்றி லெட்டிலொரு பாகமாக) கொடுக்கின்றது பஞ்சீகரணமென்று சொல்லப்படும்.

அதுவே இது

ஆகாயத்தை இரண்டு பாகமாக்கி ஒரு பாகத்தை உள்ளவாறு வைத்து மற்ற பாகத்தை நான்கு பாகம் செய்து மேற்கண்டபடியே (வாயு. தேயு. அப்பு, பிருதிவி) இவைகள் நான்கும் சேர்த்து இப் பூதங்களுள் ஆகாயத்தின் அரை பாகத்துள் சேர்க்காமல் மேற்படி நான்கையும் மற்ற பூதங்களுக்கு ஒவ்வொன்ருக கூட்ட ஒவ்வொரு பூதமும் ஐந்தைந்து பகுப்பினதாம்.

ஆகாயம் பங்கு இரண்டு ½—½

மற்ற பூதங்களுக்கும் இப்படியே பார்க்கவும்.

பிருதிவி	அப்பு	தேயு	வாயு	ஆகாயம்.
□	◡	△	★	○

பிரித்துக்காட்டல் விளக்கம்

எண்ணிக்கை

1	ஆகாயம்	○	★	△	◡	□	ஆக பூதம்-5
2	வாயு	½	○	△	◡	□	,, 5
3	தேயு	½	○	★	◡	□	,, 5
4	அப்பு	½	○	★	△	□	,, 5
5	பிருதிவி	½	○	★	△	□	,, 5
5							பூதம்...25

இந்த அளவின்படி செய்வதால் பஞ்சபூதம் ஐக்கியமாகி சிருஷ்டி உண்டாகிறது. வாதமும் வைத்தியமும் அப்பொழுதே கைகூடும் என்றனர் மேலோர்.

உலோகங்களில் பஞ்சபூதம்

பிருதிவி	—	தங்கம்
அப்பு	—	காரீயம்
தேயு	—	செம்பு
வாயு	—	இரும்பு
ஆகாயம்	—	நாகம்

செம்மையுடன் இனமறிந்து கூட்டிருக்கால்
கேளப்பா இல்லாத குருவாய் நின்று
குறியான திரிகரண சுத்தியாமே.

பஞ்சபூதத் தழைகள்

பிருதிவி	—	செம்பாளை	—	புளியாரை
அப்பு	—	துரா	—	பீநாரியில்லை
தேயு	—	கரந்தை	—	குமரி
வாயு	—	கவுதும்பை	—	கரிசான்
ஆகாயம்	—	காஞ்சொறி	—	நாரசந்து (சங்கங்குப்பி)

காரணம்—காரியம்; பொறிபுலன் பத்தும் ஒன்று சேர்ந்தால் பஞ்சபூதமென்னலாம்.

பாஷான பஞ்சபூதங்கள்

பிருதிவி : தொட்டி, கார்முகில்
சிங்கி, பவழப்புத்து, தீ முருகல்
அப்பு : கெவுரி, வெள்ளை, குதிரை பல்
கோமுகம், கோழிதலைகெந்தி
தேயு : கெந்தி, மனோசிலை
தாரம், வீரம், செப்புதொட்டி
வாயு : சாரம், கண்டர், லிங்கம், கடிபஞ்சபட்சி, பாஷாணம்,—ஐந்துப்பு
ஆகாயம் : சூதபாஷாணம், நாகபாஷாணம்

உபரசங்களில் பஞ்சபூதம்

பிருதிவி	அப்பு
காந்தம்	சங்கு
சலாசத்து	நண்டோடு
பொன் அப்ரகம்	முட்டை
பூ நாகம்	நத்தை
சுக்கான்கல்	கிளிஞ்சி
	ஆமை

தேயு	வாயு
இந்திரகோபம்	கல்மதம்
மயூர செம்பு	கல்நார்
நிமிளை	அன்னபேதி
கொம்பு	ரோமம்
எலும்பு	சாத்திரபேதி

ஆகாயம்

அத்தம்
காந்தம்
சிலை
ரசித பாஷாணம்

குறிப்பு : அதனதன் எடைப்படி சேர்த்தால்,
திருந்திய வாதமும் சேர்வசியஞ்சனம்
பொருந்தும் இதுவெல்லாம் பூதத்தடங்கினால்
விரிந்திடும் சித்துக்கள் வெளியில் நின்றாடுமே.

பஞ்சபூத சரக்குகள் ஒடுங்கும் தன்மை

ஆடும்வரிசை அசைவதை கேட்டிடு
தேடும் பிருதிவி ஜலத்தில் அடங்கிடும்
நாடும் சலமதில் நல்தீ குன்றிடும்
வாடிடும் தீயது வாயுவில் சென்றுமே
சென்றிடும் வாயு சேரும் ஆகாயத்தில்
பொன்றியே நின்று பொருந்த உணர்ந்திடு
நன்றிதை அறிந்தால் நாடு நகரில்லை
கண்டன தேகம் கடுஞ் சித்தியாகுமே.

பஞ்சபூத கர்த்தா ஒடுங்கும் நிலை

(தத்துவ தீபிகை)

பிருதிவி அப்புவில் கரைந்து ஒடுங்கும்
அப்பு தேயுவில் சுவரி ஒடுங்கும்
தேயு வாயுவில் அணைந்து ஒடுங்கும்
வாயு ஆகாயத்தில் ஒய்ந்து ஒடுங்கும்
ஆகாயம் சிவத்தினிலொடுங்கும்
வாதமது இம்முறைபோல் வழக்கம் பாரே.

பஞ்ச பூதத் தோற்றம்

ஆகாயத்தில் வாயு தோன்றும்
வாயுவில் தேயு தோன்றும்
தேயுவில் அப்பு தோன்றும்
அப்புவில் பிருதிவி தோன்றும்.

திரிமூலம் : திப்பிலிமூலம், சித்திரமூலம், தண்டு மூலம்.

சதுர்சாதம் : லவங்கபத்திரி, லவங்கபட்டை, நாகேசுரம், ஏலம்.

திரிகெந்தம் : சந்தனம், அகில், தேவதாரம்.

திரிபத்திரி : லவங்கபத்திரி, சாதிபத்திரி, தாளிச பத்திரி.

பஞ்சமூலம் : திப்பிலிமூலம், தாளிசபத்திரி, பேரரத்தை சாதிபத்திரி, கொடிவேலிவேர், இலவங்கபத்திரி, சுக்கு, சுண்டு பாரங்கி, இலவங்கபட்டை, சிறுநாகப்பூ, இது கொடிய ரேகங்களை நீக்கும்.

திரிசுகந்தம் : சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, கிராம்பு.

திரிநிம்பம் : வேம்பு, நிலவேம்பு, கறிவேம்பு.

பஞ்சவர்க்கம் : 1. பிரண்டை கிழங்கு, 2. சாரடைக் கிழங்கு, 3. மருள் கிழங்கு, 4. புளிநரளைக் கிழங்கு, 5. கருணைக்கிழங்கு இது மூலவியாதிகளை நிர்மூலமாக்கும்.

திரிபழாகம் : பால், நெய், தேன்.

அஷ்டவர்க்கம் : 1. சீரகம், 2. கருஞ்சீரகம், 3. ஓமம், 4. மிளகு 5. திப்பிலி, 6. சுக்கு, 7. இந்துப்பு, 8. பெருங்காயம் இது சீரண கோசங்களின் வியாதிகளை குணப்படுத்தும்.

சிறுபஞ்சமூலம் : 1. சிறுவழுதுணம், 2. சிறு நெருஞ்சி, 3. பெருமல்லிகை, 4. சிறு மல்லிகை, 5. கண்டங்கத்திரி இது பற்பல ரோகங்களை நீக்கும்.

பஞ்சலவிரி : சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, கிராம்பு, வசுவாசி, குரோசாணி ஓமம்.

அஷ்டமூலம் : 1. முத்தக்காசு, 2. விஷ்ணுகரந்தை, 3. பேய் புடல்வேர், 4. சிந்தில்வேர், 5. கஞ்சாங்கோரை, 6. ஆடாதோடை வேர், 7. கருந்துளசி, 8. பற்பாடகம் இதுபற்பல விஷங்களை தீர்க்கும்.

ஏலாதிமஞ்சகம் : ஏலம், இலவங்கம், அதிமதுரம், கோட்டம், செண்பகப் பூ.

தசமூலம் : 1. வில்வம், 2. பெருங்குமிழ், 3. யானை நெருஞ்சில், 4. முன்னை, 5. சிறு மல்லிகை, 6. பெரு மல்லிகை, 7. சிறுவழுதுணம், 8. கண்டங்கத்திரி, 9. பாதிரி, 10. பெருவாகை—இது கடினமான ரோகங்களைத் தீர்க்கும்.

மகாதசமூலி : 1. கதிர் நெல்லி, 2. சோதி விருட்சம், 3. செங்கொடி வேலி, 4. கல்தாமரை, 5. கற்றாழை, 6. பொற் சீந்தி, 7. நீலி, 8. சொர்ணத்தாதி, 9. கஞ்சா, 10. சாயாவிருட்சம் ஷெ கண்டமூலிகைகளினால் செய்யப்பட்ட அரிஷ்டம் 4448 வியாதிகளை குணப்படுத்துவதுமன்றி காய சித்தியையும் தரும். இம் மூலிகைகளினால் சகல சரக்குகளும் அதனதன் பூதங்களையறிந்து செய்யகட்டும்.

மகா பஞ்சமூலம் 2 வகைகள்

1. வில்வவேர்	1. பாதிரி வேர்
2. மின்னவேர்	2. வாகை
3. ஈசுர மூலிவேர்	3. பெருங்குமிழ்
4. பாதிரிவேர்	4. வில்வம்
5. பெரு மரப்பட்டை	5. தழுதாழை

இதனால் பல வியாதிகள் குணமாகும்.

வெகு பஞ்சமூலம்

கண்டங் கத்திரி — 2 வகை, ஓரிலை தாமரை, மூன்றிலைத் தாமரை, நெருஞ்சி.

சத்துரு—மித்துரு

சரக்குகளை சத்துருவால் கொன்று மித்துருவால் எழுப்பவேண்டும்.

தங்கத்துக்கு சத்துரு	மித்துரு
நிமிளை	மற்றவைகள் மித்துருக்களாம்
நாகம்	
வெடியுப்பு	
கெளரி	
வெள்ளை	
சவுட்டுப்பு	
தாளகம்	
வங்கம், சிங்கி	
அப்ரகம், சிலை	
அண்டோடு, குதிரைப்பல்	
சூதம், கெந்தி	
கோமுகம், காந்தம்	
பொன் அம்பர், சவ்வீரம்	

கருவங்கம்

சத்துரு	மித்துரு
அயம்	பூநாகம்
காந்தம்	மயூரச்செம்பு
நிமிளை	வெள்ளி
கிளிஞ்சி	வெள்வங்கம்
அண்டம்	சூதம்
நண்டு	நாகம்
நத்தை ஓடு	
ஆமை ஓடு	
கெளரி	
கெந்தி	
அப்ரகம்	
வெடியுப்பு, கல்லுப்பு	
கல்நார், சாத்திரபேதி	

காந்தம்

சத்துரு	மித்துரு
நாகம்	அயம் முதலியவை மித்துருக்களாம்
கிளிஞ்சி	
அண்டம்	
வெடி	
கல்லுப்பு	
வங்கம்	
சீனம்	
அன்னபேதி	
நண்டோடு, வீரம்	
சிங்கி, தங்கம்	

அயம்

சத்துரு	மித்துரு
அப்ரகம்	நாகம்
வெங்காரம்	காந்தம்
அண்டோடு	செம்பு
வெண்கலம்	பூரம்
நிமிளை	பூநாகம்
வங்கம்	தங்கம்
கிளிஞ்சி	கெந்தி
சாரம்	மயூரச்செம்பு
சிலை	சூடன் முதலியன
சவ்வீரம், சிங்கி	
கெளரி, வெள்ளி	
சலாசத்து. பூநீறு	

நாகம்

சத்துரு	மித்துரு
கிளிஞ்சி	அப்ரகம்
அண்டம்	இரும்பு
கல்லுப்பு	காந்தம்
வெ. உப்பு	சிலாசத்து
படிகாரம்	நிமிளை
வங்கம்	செம்பு
தங்கம்	கெளரி
வெள்ளி	சூதம்
வெண்கலம்	கெந்தி
வீரம்	பூநாகச்செம்பு
மி. சிங்கி. அபினி	கருநாகம்
மிளகு, வெள்ளை	சாரம் முதலியன
வளையலுப்பு, அன்னபேதி	

துருசு

சத்துரு	மித்துரு
சவுட்டுப்பு	அரிதாரம்
தொட்டி. பாஷாணம்	சாரம்
அஞ்சனம்	வெண்காரம்
வெடியுப்பு	கெந்தி
சூடன், அம்ரகம்	சூதம், வீரம்
சினம்	பூரம்
வெ. பாஷாணம்	கெளரி
கல்லுப்பு	லிங்கம்—முதலியன
மி. சிங்கி. காந்தம்	குறிப்பு: இவைகளால்
இந்துப்பு, நாகம்	துருசை சுண்ணம்
வங்கம், சவுக்காரம்	செய்யலாம்.

சாரம்

சத்துரு	மித்துரு
கல்லுப்பு	தாளகம்
அப்ரகம்	கெந்தி
சிலை, கெந்தி	காரம், கல்நார்
காரம்	வெடியுப்பு
வெடியுப்பு, லிங்கம்	வீரம், லிங்கம்
இந்துப்பு படிகாரம்	கல்நார், கெளரி
காந்தம்	நாகம்
வங்கம், வளையலுப்பு	நிமிளை
அண்ட ஒடு	கட்டிய சாரத்துக்கு
காரீயம்	மித்துரு சரக்குகளால்
கல்நார்	கவசமிட்டு புடமிட
கடல்நுரை	சுண்ணமாகும்.
கிளிஞ்சல்	

இவைகளால் சாரத்தை கட்டலாம்

வடியுப்பு

சத்துரு	மித்துரு
காரீயம்	இந்துப்பு
சவுட்டுப்பு	கல்லுப்பு
சூடன்	காரம்
வெள்ளீயம்	லிங்கம்
துருசு	வீரம்
வெள்ளை	துத்தம்
இரும்பு	தாளகம்
செம்பு	நாகம்
காந்தம்	கடல் நுரை
சிலை	திமிலை
தொட்டி	வெள்ளைக் கம்பளி
கெந்தி	பழம் புளி
சிங்கி	ரோமம்.
தீ முறுகல்	(முதலியன)
அண்ட ஓடு	
வாணகெந்தி	

அண்டம்

சத்துரு	மித்துரு
சுக்கான்	மற்றவை மித்திருக் களாம்
கடல் நுரை	
கிளிஞ்சி	
அப்ரகம்	
சவுட்டுப்பு	
காரீயம்	

கல்லுப்பு

சத்துரு	மித்துரு
பூரம்	வீரம்
இரும்பு	சௌட்டுப்பு
செம்பு	சூடம்
காரம்	காந்தம்
கௌரி	இந்துப்பு
நாகம்	சிங்கி
கெந்தி	பவளப்புத்து
தாளகம்	சிலை
திமிலை	பழம்புளி
வெள்ளை	(முதலியன)
அப்ரகம்	
வங்கம்	

காரம்

சத்துரு	மித்துரு
சிலாசத்து	உபரசங்கள்
புளி	பாஷாணங்கள்
அண்டோடு	லோகங்கள்
சூடம்	
பூரம்	
சுண்ண வகைகள்	

சூதம்

சத்துரு	மித்துரு
சிங்கி	அப்ரகம்
கௌரி	நாகம்
வெள்ளை	காரீயம்

சத்துரு	மித்துரு
குதிரைப் பல்	சிலை
சத்திச்சாரம்	கெந்தகம்
வெடியுப்பு	வெள்ளீயம்
இரும்பு	வீரம்
காந்தம்	தாளகம்
சூடம்	தொட்டி
பொன்னம்பர்	வெள்ளை
பூரம்	செம்பு
நிமிளை	துருசு
பூநீர்	சாரம்
	வெண்காரம்
	அஞ்சனக்கல்
	துத்தம்
	தீமுறுகல்
	பவளப்புத்து
	(முதலியன)

உப்பு, புளி, சரக்குகள்

உப்பு		புளி
சிறுநீர்	—	மலம்
வெடியுப்பு	—	படிகாரம்
கல்லுப்பு	—	பழம்புளி
சூடன்	—	துருசு
கடல் நுரை	—	கற்சுண்ண நீர்
சூதம்	—	கெந்தி
காந்தம்	—	காடி
இரும்பு	—	எரிகாலன்
தொட்டி	—	புளி அரணை

உப்பு		புளி
அன்ன பேதி	—	பொன்னம்பர்
மாங்கிஷ பேதி	—	கல்மதம்
வீரம்	—	புளியாரை
கௌரி	—	புளி மாங்காய்
வெள்ளை	—	பனங்கள்ளு
வைக்ராந்தம்	—	நிமிளை
தங்கம்	—	சிலை
நாகம்	—	வீரம்
சாரம்	—	வெண்காரம்
பச்சை கற்பூரம்	—	இந்துப்பு

குறிப்பு:— ஒன்றில் ஒன்று அடக்கம் என்று அறிக.

நாத, விந்து, சரக்குகள்

நாதம்		விந்து
லிங்கம்	—	கல்லுப்பு
நிமிளை	—	வெள்ளை
கெந்தி	—	ரசம்
பூ நாகம்	—	வீரம்
சீனம்	—	சௌக்காரம்
புளி	—	வெடியுப்பு
பூ நீறு	—	சூடன்
இரும்பு	—	எவச்சாரம்
காந்தம்	—	கல்மதம்
செம்பு	—	சிலாசத்து
நாக வங்கம்	—	பூரம்
பொரிகாரம்	—	சவ்வீரம்
துருசு	—	லிங்கம்

நாதம்		விந்து
மனோசிலை	—	சீனகாரம்
நவச்சாரம்	—	மிருதார்சிங்கி
வெடியுப்பு	—	சவுக்காரம்
வெங்காரம்	—	அரிதாரம்
சுத்தகெங்கை	—	கரியுப்பு
உவருப்பு	—	சிறுநீர்
லிங்கம்	—	சவ்வீரம்
காரம்	—	ருடன்
மஞ்சள் கரு	—	வெள்ளைக் கரு
பூரம்	—	பூநாகம்
பால்	—	பூநாகம்
சாரம்	—	ரோமம்
துத்தம்	—	பூநீர்

குறிப்பு :— இந்த சரக்குகள் ஒன்றோடொன்று ஐக்கியமாகும்.

வாத வைத்தியத்துக்கு கட்டு வகைகள்

இருக்கவேண்டிய அம்சம்

1. பாஷாணத்தை நெருப்பில் வைத்தூத ஊசிப் போல் புகையாயும்,
2. லிங்கம் மணிபோல் உருகியும்,
3. கல்லுப்பு கரியில் உருகி ஆடவும்,
4. நாகம் கரியில் பொன்போல் கண்விட்டாடவும்,
5. வெடியுப்பு தந்தம்போல் உருகியும்,
6. சாரம் ரோமத்தைப்போல் புகைந்தும்,
7. ருடன் எரியாமலும்,
8. சீனம் உருக்குமணிபோலும்,

9. துருசு இளகாமலும்,
10. இந்துப்பு வெடிக்காமலும்,
11. வீரம் உருகியும்,
12. ரசம் குகையில் வைத்துருக்க மணிபோலும்,
13. கெந்தி நெருப்பில் ஓடாமலும்,

செயித்திருந்தால் வாதத்திற்கும் வைத்தியத்திற்கும் உபயோகப்படும்.

சுண்ண வகைகள் மஞ்சளுக்கு சிவக்கவேண்டும்.

நீத்தினத்துக்கு ஆதி

1. புனுகு
2. வீரம்
3. பூரம்
4. குருவண்டு
5. ருடன்
6. உரம்
7. ரூதம்
8. கார்முகில்
9. சவுக்கார சுண்ணம்

சரக்குகள் உருக்குமானம்

1. ரசகர்பூரம், கெந்தி, பொறிகாரம், அமிர்தநீர் விட்டு அரைத்து உருக்க உருகும்.

2. கெந்தி, நவசாரம் அரைத்துருக்க உருகும்.

3. ருடன், வெடியுப்பு, சீனகாரம், அரைத்துருக்க உருகும்.

4. சவ்வீரம், அரிதாரம், பொறிகாரம் அரைத்துருக்க உருகும்.

5. கெந்தி, அதன் அளவு புனுகு அரைத்து பீங்கானில் வைக்க தண்ணீராகும்.

6. கற்பூரம், கெந்தகம், ரசம், புனுகு, சமஎடை அரைத்து பீங்காவில் வைக்க தண்ணீராகும்.

7. கரியுப்பு, சவ்வீரம் சமஎடை அரைத்து பீங்காவில் வைக்க தண்ணீராகும்.

8. சீனம் 1
கெந்தி 1
வெடியுப்பு 1
சவ்வீரம் 1
ரசம் $\frac{1}{4}$

இவ்வைந்தையும் அரைத்து பீங்காவில் வைக்க தண்ணீராகும்.

9. மலையுப்பு கிராம் 5
வீரம் கிராம் 5
ரசம் கிராம் $1\frac{1}{4}$
வெடியுப்பு கிராம் $2\frac{1}{2}$

இந்நான்கையும் அரைத்து பீங்காவில் வைக்க தண்ணீராகும்.

மூப்பூ

வாயு
தேயு
அப்பு

இந்த மூன்று பூதங்கள் சேர்ந்து தான் பூநீர் என்னும் மூப்பு.

ஆதி சரக்குகள்

சவ்வாது, காரம் — உருக்கினத்துக்காதி
வீரம் — குருவுக்காதி
சாரம் — செய்நீர்க்காதி
தாரம் — களங்குக்காதி
கெந்தி — செம்புக்காதி
சூதம் — அருணுக்காதி

இதுகள் எல்லாவற்றிற்கும் ஆதி—மகாகுரு கண்டர் கோசபீஜம்—இது.

நவலோகம்

1. தங்கம்
2. வெள்ளி
3. செம்பு
4. காரீயம்
5. வெள்ளீயம்
6. நாகம்
7. பித்தளை
8. வெண்கலம்
9. இரும்பு

புடதிட்டம்

காடைபுடம்	—	2 எரு
கதுவாலி	—	3 ,,
குக்குடம்	—	10 ,,
வராகம்	—	50 ,,
கெஜபுடம்	—	100 ,,
கனபுடம்	—	1000 ,,
கஜபுடம்	—	யானை உயரம்

எருஎடை

ஒரு எருவின் எடை — ஒரு பலம்.

எரிப்பு திட்டம்

தீபாக்னி	—	2 விரல் கனமுள்ள விறகு ஒரு விறகு வைத்தெரிப்பு
கமலாக்னி	—	2 விரல் கனம்—2 விறகு
காடாக்னி	—	2 விரல் கனம்—5 விறகு.

ஊதுங்காலம்

ஐப்பசி, கார்த்திகை, மார்கழி—இக் காலத்தில் மண்ணிலேயும் சத்து வரும்.

ஜெயநீர் காலம்

தை, மாசி, பங்குனி

குருமுடிக்கும் காலம்

சித்திரை, வைகாசி, ஆனி.

செந்தூர காலம்

ஆடி, ஆவனி, புரட்டாசி.

வாத வைத்தியத்திற்கு அறியவேண்டியது

உபரசம்
பாஷாணம்
காரசாரம்

லோகங்கள்—இவைகளின் பஞ்சபூத வகைகளை அறிந்துகொண்டு அதனதன் அளவுப்படி சேர்த்து வேலை செய்தல்வேண்டும்.

செந்தூர பற்பங்களுக்கு:— களங்கு செய்து தயாரித்தல் மேலானது.

வேதைக்கு :—சுன்னங்கள் வேண்டும். மற்றும் தங்கத் தாயில்லாமல் சாதாரண மக்கள் வேதை செய்தால் ஜெயிக்காது.

நவபாஷாணம்

1. ரசம்
2. கெந்தி
3. லிங்கம்
4. வீரம்
5. பூரம்
6. சிங்கி
7. தாரம்
8. பாஷாணம்
9. மனோசிலை

காரசாரம் (சட்டைமுனி நிகண்டு)

நவச்சாரம்
சத்திச்சாரம்
எவச்சாரம்
காசிச்சாரம்
ஏகாம்பரசாரம்
சீனகாரம்
வெண்காரம்
சூடன்
பச்சை கற்பூரம்
அமுரியுப்பு
கல்லுப்பு
வெடியுப்பு
இந்துப்பு
வளையலுப்பு
சவட்டுப்பு
ததிலவணம்
கெந்திலவணம்
பிடாலவணம்
சிந்துலவணம்
பொன்னம்பர்
மீனம்பர்
அக்கிவிகை

உபரசம்

1. துருசு
2. பொன்னிமிளை
3. அப்பிரகம்
4. காந்தம்
5. கற்பூர சிலை
6. கல்நார்
7. சாஸ்திர பேதி
8. கல்மதம்
9. நீலாஞ்சனம்
10. கருங்கல்
11. நீலப்படிக்கல்
12. சுக்கான்கல்
13. இரசவாதம்
14. ஈர்க்கல்
15. கெருடக்கல்
16. ஓடு
17. செங்கல்
18. எறும்பு
19. மயிர்
20. நண்டு
21. நாதர்வண்டு
22. கிளிஞ்சல்
23. ஆமை
24. முட்டை
25. ஆனை கொம்பு
26. பன்றி கொம்பு
27. ஆட்டுக் கொம்பு
28. மாட்டுக் கொம்பு
29. பல்
30. புள்ளிமிருகம்

31. பூநாகம்
32. இந்திரகோபம்
33. நத்தை
34. தவளை
35. கோழி
36. செவ்வப்பட்டை
37. கறடி
38. சங்கு
39. முத்துசிப்பி
40. முத்து
41. பவழம்
42. கோமேதகம்
43. புட்பராகம்
44. வயிரம்
45. பச்சை
46. நீலம்
47. மாணிக்கம்
48. வைடூரியம்
49. கெண்டகச்சிலை
50. சூடாலைக்கல்
51. மறக்கல்
52. தேயிக்கல்
53. மச்சக்கல்
54. தவளைக்கல்
55. சிலாவங்கம்
56. சிலாநாகம்
57. அன்னபேதி
58. அஸ்திபேதி
59. சொர்ணபேதி
60. மாங்கிசபேதி
61. சவர்மண்
62. கல்கிட்டம்
63. கலைமணல்
64. செம்மண்
65. சுத்தமண்
66. முடவாட்டுக்கால்
67. கருவண்டு
68. பன்றிமுள்
69. எலி முள்
70. கடல் துரை
71. மீனெலும்பு
72. முட்சங்கு
73. பேரோசனை
74. நாகப்பச்சை
75. மரகதப்பச்சை
76. புத்தாம்பழம்
77. வெள்ளைசுக்கான்
78. கதண்டு
79. காகச் சிலை
80. காண்டாமிருகக் கொம்பு
81. கஸ்தூரி எலும்பு
82. மந்தாரச்சிலை
83. கடற்பாசி
84. சாலக்கிராம்
85. மாங்கிசச்சிலை
86. மாந்துளிர்கல்
87. காலப்படிகம்

88. கல்காளி
89. செம்பூ மணல்
90. நாவமணல்
91. ஈய மணல்
92. வங்க மணல்
93. வெள்ளிமணல்
94. ஏம மணல்
95. லோகமணல்
96. மயிலிறகு
97. கருஞ்சுக்கான்
98. கானல் கல்
99. குருநிந்தக்கல்
100. ருசிதச்சிலை
101. ஏமச்சிலை
102. நாகச்சிலை
103. வங்கச்சிலை
104. ஈமச்சிலை
105. அயச்சிலை
106. திராமலை
107. வங்கமலை
108. செம்பு மலை
109. பித்தளை மலை

தாதுவாகிய பாஷாண பிறப்பு (வைப்பு)

(சட்டமுனி நிகண்டு)

1. கற்கட பாஷாணம்
2. கோனக பாஷாணம்
3. சூத பாஷாணம்
4. அரிதாரம்
5. கெந்தி
6. வீரம்
7. வைக்கிராந்தம்
8. தாலப் பாஷாணம்
9. மூர்த பாஷாணம்
10. சிற்பந்த பாஷாணம்
11. தொட்டி பாஷாணம்
12. குதிரைப்பல் பாஷாணம்
13. சங்கு பாஷாணம்
14. கௌரி
15. தூர்த பாஷாணம்
16. பலண்டுறுகல் பாஷாணம்
17. கந்த பாஷாணம்
18. சரகண்ட பாஷாணம்
19. தாளகம்
20. மனோசிலை

21.	லிங்கம்	27.	கச்சலப் பாஷாணம்
22.	அவல் பாஷாணம்	28.	சிதாங்க பாஷாணம்
23.	சலாங்க பாஷாணம்	29.	சிலாமதப் பாஷாணம்
24.	கற்பரி பாஷாணம்	30.	கார்முகில் பாஷாணம்
25.	பற் பாஷாணம்	31.	அப்பிரகம்
26.	அஞ்சனப் பாஷாணம்	32.	வெள்ளை பாஷாணம்

மூலிகைச் சூரணங்கள் சாப்பிடும் முறை

மூலிகைகளை ஏடு கட்டி பாலில் அவித்து நிழலி லுலர்த்தி பொடிசெய்து வஸ்திரகாயஞ்செய்து பேய் சுரக்குடுவையில் வைத்துக்கொண்டு காலை மாலை வெறு கடிதேன் நெய்கூட்டி சாப்பிடவேண்டும். ஷை குடுவை கள் கிடைக்காவிடில் பழகிய நெய் சட்டியில் வைத்து சாப்பிடலாம்.

உலோகங்கள் சரிவர நீறியதற்கு சோதனை

உலோகங்கள் சரிவர நீறவில்லையானல் நோயாளி கள் உயிரையே நமன்வாயிற்கு கொண்டு போகும். கீழ் குறிப்பிட்ட சோதனைகள் செய்த பிறகே உபயோகித்தல் வேண்டும்.

தங்கபற்பத்திற்கு

தங்கபற்பம்	1 எடை
செம்புதூள்	¼ எடை
வங்கத்தூள்	1 மஞ்சாடி (1½ குன்றி)
வெங்காரம்	¼ எடை

சேர்த்து நன்றாக அரைத்து கரியில் வைத்து ஊதி கண் விட்டாடி வரும் களிம்பை தகடடித்து சோத்துப்பு இரண்டு பங்கு. செங்கற்தூள் ஒரு பங்கு கலந்து புளியை கரைத்து அந்த தகட்டை புளியில் நனைத்தெடுக்கவும். பிறகு ஷை தூளை தகட்டிற்கு கீழும் மேலும் வைத்து 10 எருவில் புடமிடவும். இப்படி மூன்று புடமிட்டால் நீராத தங்கம் தனியாய் வந்துவிடும்.

தாம்பிரபற்பத்திற்கு : தாம்பரபற்பம், காரீயம்

சரியிடை சேர்த்து வெங்காரமும் சரி சேர்த்து அரைத்துக் கரியில் ஊதி உருக்கி தனி ஓட்டில் வைத்து புழுக்கு ஊத சரிவர நீராமலிருந்தால் அழகான செம்பு தங்கம்போல் வந்துவிடும்.

வங்கபற்பங்கள்

வங்கபற்பம்	எடை	1
சீனக்காரம்	,,	⅛
சாரம்	,,	⅛

எல்லாவற்றையும் அரைத்து கரியில் வைத்து நன்றாக ஊத உலோக சத்திருந்தால் உருகி ஆடும்.

நாகபற்பம்

நாகபற்பம்	எடை	2
சீனக்காரம்	,,	⅛
சாரம்	,,	⅛

ஷை முறைப்படி செய்யவும் களிம்பு இருந்தால் உருகி ஆடும்.

வெள்ளிபற்பம்

வெள்ளிபற்பம்	1 எடை
செம்புத்தூள்	$\frac{1}{4}$,,
கருவங்கம்	$\frac{1}{4}$,,
வெங்காரம்	$\frac{1}{4}$,,

எல்லாம் சேர்த்தரைத்து கரியில் வைத்திருக்க மூன்றும் சேர்ந்து வெட்டையாகி விடும். அந்த வெட்டையை தனி ஓட்டின் மத்தியில் பள்ளம் பாதி ஓடுகனம் எடுத்து வெட்டையை அக்குழியில் வைத்து மேல்கரி குவித்து அழுக ஊதிட செப்பும் கருவங்கமும் போய் வெள்ளி தனியாய் கிடைக்கும்.

உப்பின் சமுதாய குணம்

போகர் கருக்கிடை

1. சாரம் அணுக—நவலோகம் ஏமமாகும்
2. சீனமது—குருவுக்காகும்
3. காரம்—உருக்கினத்துக்காகும்
4. சூடன்—நீரைக்கட்டும்
5. கற்பூரம்—லோகத்தை தின்றுபோடும்
6. அமுரியுப்பு சுண்ணம்—நீரையெல்லாம் விடுவிக்கும்
7. கல்லுப்பு சுண்ணம்—படுமுன்னே சரக்கெல்லாம் கட்டும்
8. வெடியுப்பு—வாதத்துக்கு வேர்
9. இந்துப்பு—பூரமுப்பாம்
10. வழலையுப்பு—புடத்துக்காதி
11. சவட்டுப்பில்—சூதம்நீறும்

12. இலாலவணத்தில்—வங்கம் நீரிப்போகும்
13. கெந்தி என்ற லவணத்தில்—செம்பு நீரிப்போகும்
14. பிடாலவணத்தில்—நாகம் நீறும்
15. சிந்துலவணம் படுமுன்னே—வெண்காரம் கட்டிப்போகும்
16. காச்சு லவணத்துக்கு—கண்டர் குருவுமாகும்
17. பொன்னம்பர்—சூதத்தில் அணைத்தால் சூததோஷம் போகும்
18. மீனம்பர்—சீனத்தை கட்டும்
19. கடல்நுரை—கல்லுப்புக்காதி

சத்துக்கள்

"சத்தில்லா மருந்து உண்டு செத்தோர் பலம்" என்பர். சத்தெடுத்து மருந்துகள் செய்வதனால் ருத்ரனைப் போல் மருந்துகளுக்கு வீரியம் உண்டாகிறது. அவ்வித மருந்து ஓர் அணுகூட அசாத்திய வியாதிகளை குறைந்த காலத்தில் குணப்படுத்த வல்லது.

சரக்குகளிலிருந்து சத்தெடுக்கும் முறைகள் பல நூல் களில் காணப்பட்டாலும் அதன்படி செய்து நல்ல முறை யில் சத்தெடுக்கும் பெருமான்கள் என் அனுபவத்தில் காணவில்லை.

எத்தனையோ மருத்துவர்கள் செய்வதாகச் சொல்லி என் முன்செய்து பணம் தோற்றதே மிச்சம்.

ஆகவே மருத்துவ பெருமக்கள் இந்த சத்தெடுக்கும் முறைகளை ஆராய்ந்து வசதியுடையவர்கள் அவைகளைச் செய்து மற்ற நண்பர்களுக்கும் அந்த ஆராய்ச்சிப் பலனை

அறிவித்து சித்த மருத்துவத்தின் பெருமையை காப்பாற்றுவார்களென நான் எதிர்பார்க்கிறேன்.

சத்துக்களின் குணங்களை போகர் கீழ் குறிப்பிட்ட "உபரச குணத்தின் பெயர்." தலைப்பின் கீழ் வரைந்துள்ளார்.

அந்நூல் பல பெரியோர்களிடத்தில் இல்லாத காரணத்தாலும் புதிய அச்சுப் புத்தகங்கள் காணுமையாலும் இந்த நூலில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளது.

உபரசகுணத்தின் பெயர்

துருசு சூதத்தை கொல்லும்
பொன்னிமிளை சத்து தன்னில்
சொர்ணமது குருவாகி சுண்ணமாகும்

ரசித நிமிளை சத்துதன்னில்
ரசிதமது குருவாகும்
சஞ்சலமாம் நிமிளை தன்னில்
வெண்கலம் சுண்ணமாகும்

லோச நிமிளை தன்னில்
குருவாகும் யிரும்புதானும்
காமமென்ற நிமிளை தன்னில்
கடிதிராய் சுண்ணமுமாம் கருதிப்பாரு

அபிப்ரேக சத்திறுலே சூதமது கட்டிப்போகும்
காந்தத்தின் சத்துவாலே தேகசித்தி சிக்கிரத்திலாகும்
கற்பூரச்சிலையினுலே உபரசங்கள் சுண்ணமாகும்

கல்நாரின் சத்திறுலே
குளிகையில் இயந்திரங் வெகுதூரங்கள்
பாங்கான கண்ணுக்கு ஒளியை ஈயும்
சாத்திரபேதி சத்திறுலே
சோரமது கட்டிப்போகும்

அஞ்சனத்தின் சத்துதன்னுல்
உபரசங்களீயமாகும்
கருங்கல் சத்திறுலே சகலசித்தி
பட்டுமே படிக்கல் சத்திறுலே
பால் கொள்ளகாய சித்திபரிவாஞ்சித்தி

'சுக்கான்கல் சத்திறுலே
சுழுண்டுருகிக் காயசித்தி சுருக்கிலாமே
ஈரக்கல் சத்திறுலே ஆச்சரியம்
சரீரத்தில் பளிங்கு ஏறும்
ராசவர்க்க சத்துதன்னுல்
நவலோக வேதையுமாம் நாட்டிப்பாரு

கருடபட்சி சத்திறுலே
பொரியரவம் கடித்த விஷம் உட்கொள்ளாது
ஒட்டினுட சத்திறுலே
உய்கின்ற குளிகையுட தோஷம்போமே

செங்கலுட சத்திறுலே
குளிகைக்கு துலக்கம் காணும்
எலும்புனுட சத்திறுலே
யிரும்பாகும் சரீரத்துக்குருதியாகும்

மயிருனுட சத்திறுலே
மகாவேக முண்டாகும் குளிகைதன்னில்
நத்தையுட சத்துக்கு நாக்குத்தான்
மெதுவாகி நற்கிதமாமே

நண்டினுட சத்தினாலே
செட்டியாய் சூதமது கட்டிப்போகும்
நாகரத்தின் வண்டுசத்தால்
நாட்டியே யோடையிலே நாகமில்லை

சூதமாம் சிப்பியுட சத்தினாலே
சோரமொடு காரீயம் சுழன்றுசாகும்

ஆமையோடு சத்துதன்னால்
ஆச்சரியம் பூமியிலே கால்படாதென்னே
முட்டையுட சத்தினாலே—வெள்ளீயம் நீரை வாங்கும்.

தந்தத்தின் சத்தினாலே—வெடியுப்பு கம்பிகட்டும்
வராகத்தின் கொம்பு சத்தால்—வீரம் குருவாகும்
மாட்டுக் கொம்பு சத்தினாலே—பாஷாணம் சிவப்பாகும்
ஆட்டினுட கொம்புசத்தால்—உப்பெல்லாம்
சுண்ணமாமே

பல்லினுட சத்துதன்னால்—வெகுதூரம் பார்க்கப்
பண்ணும்

நாகச்சத்து தன்னால்—குளிகை குருவாகும்
இந்திரகோப சத்தினாலே—ஓடையிலே தரிக்கலாமே
செவ்வட்டை சத்து தன்னால்—கவனத்தில் நடக்கலாமே
கரடியுட சத்தினாலே—வயத்தம்பமாகும்
சங்கினுட சத்தினாலே—மனிதனுக்கு காணாது
இருக்கலாம்

முத்தினுட சிப்பி சத்து—நவசாரம் முத்துபோலாம்
முத்தினுட சத்துதன்னால்—சூதம் மணியாகும்
பவழமது சத்தையானால்—சூதமது ஏமமாமே
கோமேதக சத்தினாலே—இந்திரஜால வித்தையெல்லாம்
அறியலாகும்.

புஷ்பராக சத்தினாலே—பூமிக்குள் அடக்கமெல்லாம்
தெரிந்துபோம்

வழங்கியதோர் சுன்னமெல்லாம் வரிசை ஆகும்
பச்சையிட சத்தினாலே—துருசு குருவாகும்
சிவப்பினுட சத்தினாலே—தாதுவெல்லாம் செம்பாகும்
வைடூர்ய சத்தினாலே—மகாநாகம் வணங்கும்
கெண்டகச்சிலை சத்தினாலே—நாகம் செம்பாகும்
சூடனுட சத்தினாலே—நவலோகம் செப்புமாகும்
மாக்கல்லின் சத்தினாலே—தாளகம் ஏமமாகும்
தேக்கல்லு சத்தினாலே—சிலை செம்பாகும்
தவளைக்கல் சத்தினாலே—குளிகைக்கு ஈந்தால் குதித்து
மீறும்

சிலாவங்க சத்தினாலே—வெடியுப்பு செந்தூரமாகும்
அன்னபேதி சத்தினாலே—லிங்கமது மெழுகுமாகும்
சாஸ்திரபேதி சத்தினாலே—நவரத்ன தண்ணீராகும்
சொர்ணபேதி சத்தினாலே—நவலோகம் தண்ணீராகும்
மாங்கிசபேதி சத்தினாலே—உபரசங்கள் தண்ணீராகும்
உவர்மண்ணின் சத்தினாலே—உபரசங்கள் நீரேயாகும்
கற்கிட்ட சத்தினாலே—நிலையத்து நிற்கும் காயமது
கற்றாகும்

கருமணலின் சத்தினாலே—கலந்துநின்ற சொர்ணமது
குருவுமாகும்

செம்மண் சத்து—காரீயம் செம்பாகும்
சுத்தமண் சத்து—அயம் செம்பாகும்
முடவாட்டு சத்து—ரசிதம் செம்பாகும்
கருவண்டு சத்து—குளிகை நிதமுண்டாம்
பன்றிமுள் சத்து—சூதம் பாலையாகும்
எலிமுள்ளி சத்து—வீரம் செம்பாகும்
கடல்நுரை சத்து—கல்லுப்பு எளிதில் கட்டும்
மீன் எலும்புச் சத்து—கௌரிகட்டி சயமாகும்
முட்சங்கு சத்து—வெள்ளை சயமாகும்
துவரோசனை சத்து—கௌனத்தில் ஓடலாம்

நாகபச்சை சத்து—உருக்கு செம்பாகும்
மரகதபச்சை சத்து—இரும்பு செம்பாகும்
புத்தான் பழசத்து—வெண்காரம் செந்தூரமாகும்
வெண்கக்கான் சத்துக்கு—வெள்ளீயம் வெள்ளியாகும்
கதண்டுடைய சத்துதன்னல்—பாதாள நிதிகள் காணும்
காகச்சிலை சத்துக்கு—காந்தம் செம்பாகும்
காண்டாமிருகச் சத்துக்கு—விஷம் கழண்டுபோகும்
கஸ்தூரி எலும்பு சத்துக்கு—உடம்பினுள் நாற்றம்
போகும்

மந்தாரசிலை சத்தில்—சூடன் செம்பாகும்
கடற்பாசி சத்துக்கு—ரோமமது வண்டுபோலாகும்
சாலிகிராம சத்துக்கு—தங்கம் செம்பாகும்
மாங்கிசிலை சத்துக்கு—குளிகை மெருகுண்டாமே

மரம் துளிர் சத்துக்கு—சிவம்வந்து நிரதம் சொல்வார்
நற்காவி சத்துக்கு—வெள்ளீயம் செம்பாகும்
செம்புமணல் சத்துக்கு—சவ்வீரம் செம்புமாகும்
நாக சத்துக்கு—சூதம் செம்பாகும்
காரீயமணல் சத்துக்கு—லிங்கம் செம்பாகும்
வெள்ளீயமணல் சத்துக்கு—வெண்காரம் செம்பாகும்
ரஜிதமணல் சத்துக்கு—கெளரிசெம்பாகும்
ஏமமென்ற சத்துக்கு—தாளகம் செம்பாகும்
லோகமணல் சத்துக்கு—சிலை செம்பாகும்
மயிலிறகு சத்துக்கு—குளிகைக்கு சந்திரனில் நடுக்கம்
தெரியாது

அக்கான்கல் சத்துக்கு—குதிரைப்பல் பாஷாணம்
செம்பாகும்
சாளக்கல் சத்துக்கு—கடுவேகம் ஓடையில் நில்லென்றால்
நிற்கும்

குருந்தக்கல் சத்துக்கு—ஆயுதங்கள் பொந்திடாது
ரஜிதசிலை சத்தில்—துருசு செந்தூரமாகும்

ஏமமலை சத்தில்—பாஷாணவர்க்கம் செந்தூரமாகும்
நாகமலை சத்தில்—நவலோகம் செந்தூரமாகும்
வெள்ளீயமலையின் சத்தில்—காயத்தில் வெட்டு
தொய்யாது

காரீயமலை சத்தில்—பச்சைபூரம் செம்பாகும்
அயமலை சத்தில்—காயமது இரும்பாகும்
திராமலையின் சத்தில்—சீனம் செம்பாகும்
வெண்கலமலையின் சத்தில் வெடியுப்பு செம்பாகும்
செம்புமலை சத்தில்—கல்லுப்பு செம்பாகும்
பித்தளைமலை சத்தில்—வெடியுப்பு செம்பாகும்

சத்து செய்ய குடோரி

(பிரம்மமுனி தேசிவித்தை சரக்குக்கட்டு)

புகழான மால்தேவி சவுக்காரங்குக்கி வேமென்ற அண்டவோடு வெண்காரம் கூட்டி வெடியுப்பு ஜெய நீரால் ஆட்டி.

வில்லை காமென்ற புடம் போட்டு எடுத்துக்கொண்டு கல்வத்திட்டபின் வருகம் பாலும் பாமென்ற எலியாலம் பாலும் கூட்டி.

அரைத்து முன்போலே புடம் போட்டு எடுத்துக் கொண்டு வேமென்ற ஏரண்ட எண்ணெய் வரதவனை நெய்யும் விட்டு கெட்டியாய் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளே.

வைத்துமே சத்துவகை கறடுதட்டில் மைந்தனே குடோரியிட்டு எருமைக் கொம்பால் உய்த்துமே கிண்டு நீ கல்மசங்களற்று உருகியே வெள்ளிபோல் கண் விட்டாடும்.

கருவெல்லாம் வெளியாய்ச் சொன்னோம்.

பாஷாணங்களின் குணம்

கற்கட பாஷணம் தன்னில்—கருநாகம் செந்தூரமாகும்
கோடிக பாஷாணத்தில்—வெள்ளீயம் செந்தூரமாகும்
சூத பாஷாணத்தில்—நாகம் சொர்ணமாகும்
அரிதாரத்தால்—வங்கம் நீறும்
கெந்தியினல்—வீரம் சொக்கும்
வீரத்தால்—நவலோகம் நீறும்
வைக்ராந்தம்—தாளகம் நீராகும்
தாலம பாஷாணத்தில்—குளிகை இயல்பாகும்
முந்த பாஷாணத்தால்—நாகம் ஏமமாகும்
சீர்வந்த பாஷாணத்தில்—குளிமை இயல்பாகும்
தொட்டி பாஷாணம் தன்னில்—குதிரைப்பல் சுருக்காய் ஒடும்
சங்க பாஷாணத்தால்—தாம்பரம் தூயமாகும்
கௌரி பாஷாணத்தால்—சூதம் செம்பாகும்
சூதத்திற்கு—நாகம் செம்பாகும்
காந்தத்திற்கு—காயமது ஜாமத்தில் சித்தியாகும்
லிங்கத்துக்கு—காரீயம் செம்பாகும்
சரகண்ட பாஷாணத்திற்கு—துருசு குருவாகும்
தாளகத்தால்—ஈயம் கட்டும்
சிலையதுவும்—செந்தூரத்தாதி
அவுல் பாஷாணத்திற்கு—அஷ்டமா சித்தியது கைக்குள்ளாகும்
கல் பாஷாணத்திற்கு—காரீரம் கட்டிப்போகும்
கற்பரி பாஷாணத்திற்கு—செம்பு ஏமமாகும்
அஞ்சன பாஷாணத்திற்கு—அயம் காரீயமாகும்

கற்சாலே பாஷாணத்திற்கு—சுக்கான்கல் செம்பாகும்
சீதாங்க பாஷாணத்திற்கு—துருசு வெளுப்பாகும்
கார்முகில் பாஷாணத்திற்கு—துருசு கருப்பாகும்
சிலாமத பாஷாணத்திற்கு—காந்தம் ஈயமாகும்
பிறகா பாஷாணத்திற்கு—சூதமது கட்டிப்போகும்
வெள்ளை பாஷாணத்திற்கு—உருக்கு ஈயமாகும்

பரங்கி வைப்பு (வள்ளுவ நாயனர்)

பொற்றெட்டி—சூதம் கட்டும்
எருமை நாதொட்டி—கௌரிகட்டும்
செம்பு தொட்டி—செந்தூரம் வேதையாகும்
அயத்தொட்டி—களங்குக்காதி
மிருதார்சிங்கி—சத்துக்காதி
ரத்தசிங்கி—சகலமும் செம்பாகும்
ரஜிதசிங்கி—தாராளமாகும்
ஏமசிங்கி—பச்சையிலே வேதை
நீமுறுகல்—உருக்கினத்தால் வேதை. சூதம் சுருக்கில் மரணமாம்
கருமுகில் பாஷாணம்—தாரம் கருப்பாகி வேதை
ஜாதி லிங்கக்கட்டு—தங்கத்தில் கூட்டிட ஏமம்
வெள்ளை பாஷாணத்துக்கு—வெள்ளீயம் சுண்ணமாகும்
சவ்வீரத்துக்கு—நவலோகம் சுண்ணம்
வாணகெந்தி—களங்கலெல்லாம் கருத்துப்போகும்
வைப்பறி தாரத்திற்கு—அயம் உருகிப்போகும்
பவழப்புத்துக்கு—தங்கம் செந்தூரமாகும்

கோடாசுரிபாஷாணத்திற்கு—துருசு குருவாகும்
பஞ்சபட்சி பாஷாணத்துக்கு—லோகங்கள் ஏமமாகும்
ரத்தவர்ண பாஷாணத்தில்—நவலோகம் ஏமமாகும்
துத்தத்திற்கு—தாரம் தீரும்
துருசு—சூதத்தைக் கட்டும்
ரஜிதம—நவலோகத்தை வெள்ளியமாக்கும்
சூதம்—காயசித்தி, யோகசித்தி
கெந்திக்கு—சூதம் செந்தூரமாகும்
சூதசெந்தூரம்—செம்பு பச்சையிலே வேதையாகும்
சோர பாஷாணத்தில்—தாரம் கருப்பாகும்
லவண பாஷாணத்திற்கு—சூதம் கட்டும்
நாக பாஷாணத்திற்கு—நாகத்தில் சேர்ந்ததொரு சொர்ணம்
இந்திர பாஷாணத்திற்கு—சூட்சத்தில் பச்சையாய் வேதை

நீற்றினங்களின் குணங்கள்

சாரம் நீறினால் சரக்கெல்லாம் கட்டுண்ணும்
செம்பு நீறினால் குருராயனென்று பெயர்
வெண்கலம் நீறினால் வெள்ளி வித்தை வெகு தாரமில்லை
வெள்ளீயம் நீறினால் சாரமது கட்டிதந்தமாமே
வங்கத்தின் நீறினாலே தாளகமும் குருவுமாமே
திராவினுட நீறினாலே சிலையதுவும் செந்தூரம்
பித்தளை நீறினால் நவலோகம் ஏமம்
அயத்தினுட நீறினால் எளிதில் காயசித்தி
உருக்கினுட நீறினால் உபரசங்கள் சத்தாகும்
நாகத்தின் நீறினால் செம்பு ஏமம்.

முறிவு தினுசுகள்

பாஷாண மருந்துகளை, பிணியாளர்களுக்கு கொடுத்து, அதனாலுண்டாகும் துர்க்குணங்களுக்கு உடனே முறிவு சரக்குகளில் ஏதாவ தொன்றை நான்கு மணிக்கொருமுறை அதனதன் முறிவு சரக்குகளுக்கேற்றாற்போல் கஷாயமோ சுரசமோ, ரசமோ கொடுத்தல் வேண்டும். அநேகமாய் மூன்று முதல் ஆறுவேளை மருந்தில் குணமுண்டாகும்.

வெ. பாஷாண முறிவு

மிளகு, வெண்மிளகு, நீலி, துளசி, சிறுகீரை, பாகயிலை, ஏறண்ட இலை, அப்பக்கோவை, பசளை. பிரமி இலை—முதலியன.

வீர முறிவு

நீலி, மிளகு, சுறு பசளை, எருமை வெண்ணை, தென்னங் கள், நெருஞ்சி ரசம், தேங்காய்ப் பால், நல்லெண்ணை, கம்மாறு வெற்றிலை, பேய் பீர்க்கு, பழரசம், முட்டை வெண் கரு—முதலியன.

இரசகற்பூர முறிவு

சாட்டரணை, துளசிச்சாறு, பாகலிலைச்சாறு, வெண் மிளகு, மிளகு, முட்டை வெண்கரு—முதலியன.

துருசு முறிவு

பழச்சாறு, புளித்த மோர், பொடுதலைச்சாறு, கையான்சாறு, காணிச்சாறு, இஞ்சி, தேன், சர்க்கரை—முதலியன

கெந்தக முறிவு

ஆவின் நெய், ஆவின் மோர், ஆவின் பால்— முதலியன

காபிமுறிவு

ஆவின்நெய், சிறுகீரை

ரச வேக்காட்டிக்கு

முட்டை வெண்கரு (உள்ளுக்கு), வெள்ளெருக்கன் வேர், கருந்துளசி வேர், வேலம்பட்டை முதலியவற்றை கியாழமிட்டு கொப்பளிக்கவும். பொரித்த படிகாரத்தை சலத்தில் கரைத்து கொப்பளிக்கவும். பிறகு வெள்வேலம் பிசின், முருங்கைவேர், வெள்ளெருக்கன் வேர், சிவன் வேம்பு இவைகளை சமன் கொண்டு பொடிசெய்து புகை காட்டவும்.

பொது முறிவு

அன்றி பாஷாணங்கள் சேர்ந்த அவுஷதங்களை யுண்டவர்களுக்கு நாற்பது நாள் மிளகு கியாழங் கொள்ள அவுஷத வேகங்கள் முறிந்து நாளுக்குநாள் மலத்தோடு வந்துவிடும்.

உலோகங்களினால் வந்த உபத்திரவங்களுக்கு

பொது முறிவு

மாதளம்பூ	
அருகம்புல்	
அதிமதுரம்	கியாழம்-காலை-மாலை மூன்று
மிளகு	நாட்களுக்கு ஒரு வாரம்
சீரகம்	கொடுப்பது மேலானது.
கூகைநீர்	
பனங்கற்கண்டு	

உலோகங்கள் பாஷாணங்கள் சரியாய் நீராமல் சாப்பிட்டு அதனால் வரும் வியாதிகளும் அவைகளுக்கு முறிவும்

தங்கம்

வலிமையும், வீரியத்தையும் நாசப்படுத்தி மரணத்தையுண்டுபண்ணும், கால்கள் கைகள், உடலெல்லாம் வீங்கும்.

நிவர்த்தி :

கருக்காய்த்தூள் - சர்க்கரை சமனிடை கலந்து வெறுகடி மூன்று நாட்களுக்கு கொடுக்கவும்.

வெள்ளி

தாபம், மலபந்தம், வீரியநாசம், அலுப்பு, பலஹீனம் முதலிய கோரமான வியாதிகள் உண்டாகும்.

நிவர்த்தி :

சர்க்கரை - தேன் கூட்டி காலை - மாலை மூன்று நாட்கள் வேளைக்கு 1 தோலா எடை கொடுக்கவும்.

செம்பு

வாந்தி, பிரமை, பேதி, அலுப்பு, பிரமேகம், தாபம், இந்திரிய நாசம், இளைவு, சூலை, மூர்ச்சை, க்ஷயம் - முதலியன உற்பவிக்கும்.

நிவர்த்தி:

கற்கண்டு, கொத்தமல்லி தண்ணீர் விட்டரைத்து வேளை ஒன்றுக்கு 1 தோலா எடை காலை - மாலை மூன்று நாட்கள் கொடுக்கவும்.

நாகபற்பம்

ரத்த தோஷங்கள், கபம், பாண்டு, குஷ்டம், குன்மம், அரோசிகம், க்ஷயம், சுரம், மூல வியாதிகள் நீரடைப்பு, சூலை, பவுத்திரம் முதலிய கொடிய வியாதிகள் உற்பவிக்கும்.

நிவர்த்தி :

வசம்பு, கடுக்காய், சமஎடை தூள் - சர்க்கரை சேர்த்து வெறுகடி காலை - மாலை 3 நாட்கள் தரவும்.

வங்கபற்பம்

குன்மங்கள், குஷ்டங்கள், பிரமேகம், வாதம், ரத்த தோஷம், அக்கினிமந்தம், பாண்டு - இன்னும் பல வியாதிகள் உற்பவிக்கும்.

நிவர்த்தி :

சர்க்கரை, வட்டத்திருப்பி பட்டைவேர், சரியிடை தூள், காலை - மாலை வெறுகடி - 3 நாட்கள் தரவும்.

திரா

பிரமேகம், அசிரணம், வாதம், வாந்தி, பிரமை - இன்னும் பல வியாதிகள் உற்பவிக்கும்.

நிவர்த்தி :

கடுக்காம்பிஞ்சுகளை தூள்செய்து சர்க்கரையுடன் கலந்து - வெறுகடி - காலை - மாலை 3 நாட்கள் தரவும்.

காந்த செந்தூரம்

விஷங்கள், தாபங்கள், உதிர ரோகம், தாது நஷ்டம் முதலிய பல ரோகங்கள் உற்பவிக்கும்,

நிவர்த்தி :

இந்துப்பு, வெள்ளை சிவதை வேர் - சமஎடை சூரணம் வென்னீரில் - காலை, மாலை வெறுகடி பிரமாணம் 3 நாட்கள் கொடுக்கவும்.

லோக பற்பம்

குஷ்டம், சூலை, மேகம், க்ஷயம், காமாலை, மார்புவலி, வீரிய நாசம், தாபம் - இன்னும் பல வியாதிகள் உற்பவிக்கும்.

நிவர்த்தி :

வெள்ளருகு சாரில் தேனுகிலும் சர்க்கரையாகிலும் கலந்து வெறுகடி காலை - மாலை 3 நாட்கள் தரவும்.

வேறு

ஏலக்காய், சூரணம், கற்கண்டு, தேன் கலந்து 3 நாட்கள் வெறுகடி காலை மாலை சாப்பிடத் தீரும்.

பொன் கிமிளை

அநேக வாத ரோகங்கள் உண்டாகும்.

நிவர்த்தி

கொள்ளுகஷாயம் அல்லது மாதுளம்பழத் தோல் 3 நாட்களுக்கு தின்னவும்.

மயில் துத்தம் குணமும் தோஷமும்

சுத்திசெய்த துத்தத்தால் கபம், சொறி, குஷ்டம், கிருமிரோகம், விஷம், திரிதோஷங்களை ஓட்டும். மலத்தை செவ்வையாய் தள்ளும். கண்களுக்கு சுகம் உண்டாம்.

ஆனால் சுத்திசெய்யாத துத்தத்தின் தோஷம்

மேற்சொன்ன வியாதிகளெல்லாம் உண்டாக்கும்.

நிவர்த்தி

பழச்சாருவது நெற்பொரியை ஊறவைத்த ஜலத்தையாவது, வெட்டிவேர் ஊறவைத்த ஜலத்தையாவது, தேனுவது மூன்று நாட்கள் கொடுக்கவும். விளக்கெண்ணெயில் சீனியைக் கலந்தும் கொடுக்கலாம். மேற்படி வியாதிகள் குணப்படுத்தும்.

கௌரி அல்லது மடல் துத்தம்

அநேக ரோகங்கள் உண்டாகும்.

நிவர்த்தி

கோ மூத்திரம் இரண்டு அவுன்ஸ் அளவு காலை மாலை நான்கு நாட்கள் சாப்பிடத் தீரும்.

மஞ்ரே சிலை

வாந்தி, பிரமை, அன்னதோஷம், ரத்தம் முறிவு, முகம் வீக்கம், உடல் வெளுப்பு, கால் அசதி முதலிய பல வியாதிகள் உண்டாகும்.

நிவர்த்தி

பசும்பால் 3 அவுன்ஸ் தேன் ½ அவுன்ஸ் கலந்து காலை மாலை மூன்று நாட்கள் கொடுக்கவும்.

வேறு

அருகம்புல், மிளகு, அவுரி கஷாயத்தில் 3 அவுன்ஸ், கோமூத்திரம் 1 அவுன்ஸ் கலந்து காலை, மாலை மூன்று நாட்கள் சாப்பிட தீரும்.

சிலாசத்து

தாகம், மூர்ச்சை, ரத்தபித்தம், அக்கினிமந்தம், மலபந்தம் முதலிய வியாதிகள் உண்டாகும்.

நிவர்த்தி

முற்றின தேங்காய்ப் பால் 3 அவுன்ஸ் காலை, மாலை ஒரு நாளைக்கு கொடுத்து மறுநாள் விளக்கெண்ணெய் வெளிக்கு கொடுக்க நீங்கும்.

ரசம்

வாய்வேக்காடுகள், நாபி வரையில் வேக்காடுகள், கை, கால் முடக்கு, நீர்க்கட்டு, முதலியன உண்டாகும்.

நிவர்த்தி

புங்கம் வேர், தென்னைக் குரும்பை, தென்னைப்பூ, மிளகு வகைக்கு 100 கிராம் போட்டு 8 படி தண்ணீர் விட்டு காய்ச்சி 1 படியாக்கி காலை, மாலை வேளைக்கு 4 அவுன்ஸ் வீதம் 3 நாட்கள் தரவும்.

வேறு

சுரக்குடுக்கை சுட்ட கரியை புளித்த மோரில் கரைத்து 3 நாட்கள் கொடுக்க ரசம் வீறுதணியும்.

சேங்கோட்டை

முகம், கை கால் வீங்கும். அரிப்பு உண்டாகும்.

நிவர்த்தி

1. கேப்பை (கேழ்வரகு) அரைத்துக் கொடுக்கவும், மேலுக்குப் பூசவும். 2. தான்றிக்காய் கஷாயமிட்டு

சாப்பிடவும். 3. அல்லது தேங்காய்பால் 3 நாட்களுக்கு சாப்பிடவும்.

பாஷாணம்

முகம் கட்டும், வீங்கும்.

நிவர்த்தி

மிளகு, வெற்றிலை, சிறுகீரை, நீலத்துளசி, பாகல் இலை, கோவை இலை, எலுமிச்சம் இலை, ஏதாவதொன்றை கஷாயமிட்டு விளக்கெண்ணெயில் கொடுக்கவும். தேங்காய்பாலும் கொடுக்கலாம்.

நாபிக்கிழங்கு

நிவர்த்தி

சிறுகீரை தின்னவும்.

சிவதை

நிவர்த்தி

வெள்வேலம்பட்டை சூரணம், சர்க்கரை கலந்து சாப்பிடவும், நெல்வேர் கஷாயம் சர்க்கரை சேர்த்து சாப்பிடவும்.

கள்ளிப்பால்

நிவர்த்தி

ஆவரை வேர்பட்டை கஷாயம் அல்லது கடுக்காய் கஷாயம் காலை மாலை மூன்று நாட்களுக்கு வேளை ஒன்றுக்கு 3 அவுன்ஸ் விதம் சாப்பிடவும்.

மருதோன்றி

நிவர்த்தி

தான்றிகாய் சூரணம், சர்க்கரை கிழங்கு, காலை மாலை வெருகடி பிரமாணம் சாப்பிடவும்.

ஊமத்தை

நிவர்த்தி

தாமரைக்கிழங்கை அரைத்து, கெச்சக்காய் அளவு காலை, மாலை கொடுக்கவும்.

அரளிக்கிழங்கு

நிவர்த்தி

கடுக்காய் கியாழத்தில் விளக்கெண்ணை 2 அவுன்ஸ் கலந்து உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

சுண்ணாம்பு தின்றுவிட்டால்

நிவர்த்தி

மஞ்சளை அரைத்து நல்லெண்ணெயில் கலக்கி உள்ளுக்கு ஒரு அவுன்ஸ் கொடுக்கவும். மேலும் பூசவும்.

பேய்பீர்க்கு தின்றுவிட்டால்

நிவர்த்தி

முத்தக்காசை அரைத்து கெச்சைக்காய் அளவு கொடுக்கவும். (முத்தக்காசு கோரைக்கிழங்கு)

எட்டி தின்றுவிட்டால்

நிவர்த்தி

நவ்வல் கொழுந்தை அரைத்து கெச்சக்கா அளவு உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

பல மருந்துகளால் தனக்குத் தெரியாத பிணிகள் உண்டாகி இருந்தால்

முருங்கை ஈர்க்கு 1 பலம், ஆவரை வேர்ப்பட்டை 1 பலம், ஈருள்ளி 10 பலம் இவைகளை கியாழமிட்டு அந்தி, சந்தி வேளைக்கு 3 அவுன்ஸ் வீதம், 5 நாட்கள் கொடுக்கவும்.

மருந்துகளினுல் காணும் வாந்தி, ரத்தக்கடுப்பு முதலியன நீங்கும்.

பாஷாணம் 64க்கும் பொது முறிவு

நிவர்த்தி

அவுரிவேர், சிறுகீரை, மிளகு, வெற்றிலை, சுண்ணும்பு இவைகளை சேர்த்து கியாழம் செய்து 3 முதல் 5 நாட்கள் கொடுக்கவும்.

வீர பாஷாணம்

உதிரம் கொட்டும். ரத்த வாந்தியாகும்.

முறிவு

முட்டை வெண்கரு, விளக்கெண்ணெய் கொடுத்துக் கொண்டே இருக்க நீங்கும்.

வாளத்திற்கு

வசம்பு, அல்லது பழச்சார், அல்லது மோர் கெஞ்சா, உப்பு, வெங்காயம், வாழைப்பட்டை சாறு ஏதாவதொன்றை உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும்.

ஓமம்

அரிப்புண்டாகும்.

நிவர்த்தி

ஆவரை கஷாயம் சாப்பிடவும். நெய் கூடுதலாக சாப்பிட்டால் அல்லது தேன் அதிகமாக சாப்பிட்டால் மயக்கம் வரும்.

மாமிச கரித்துண்டு ஒன்று அவித்து உள்ளுக்கு கொடுக்கவும். அல்லது பொருக்கக்கூடிய அளவு வெந்நீர் சாப்பிடவும்.

அதிகமாக சாப்பாடு சாப்பிட்டுவிட்டால்

தெவக்கம் வரும்.

முறிவு

கடுகை அரைத்து சுண்டக்காய் அளவு உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

பால் அதிகமாய் விட்டால்

தெவக்கம் வரும்.

நிவர்த்தி

சோத்துப்பு பொடி செய்து வெருகடி வாயிவிட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும்.

பயரு அதிகம் தின்றுவிட்டால்

நிவர்த்தி

சுக்கும் கடுக்காயும் கியாழம் செய்து சாப்பிடவும்.

வர்ணத்தாதி

1. தங்கம்
2. உப்பு
3. நாகம்
4. ரசம்
5. நிமிளை
6. கௌரி

உருக்கினத்துக்காதி

தாளகம்	பலம்	4	சீனம்	பலம்	1
வெங்காரம்	"	1	உருக்கு தொட்டி	"	1
அண்டத்தோடு	"	1	வங்கம்	"	
கருங்குக்கில்	"	1			

எல்லாவற்றையும் எருக்கலம்பாலும் சிப்பி நீரும் விட்டரைத்து வில்லை தட்டி காய்ந்தபின் குக்கிடம் புடம் போட்டு எடுத்துக்கொள்ளவும்.

இதை உருக்கு முகத்திலிட உடனே உருகும்.

செந்தூரத்தாதி

1. ரசம்
2. கெந்தி
3. மால்தேவி
4. மனோசிலை
5. கௌரி
6. அப்ரகம்
7. துருசு
8. வெடியுப்பு

வாலைரசம் எடுக்கும் முறை

லிங்கத்திலிருந்து ரசம் எடுக்கும்போது ஒரு பலத்துக்கு அரைபலங்கூட தேருகிறதில்லையென பலர் அனுபவம்.

ஆனால் - லிங்கத்திற்கு சமஎடை அயத்தூள் சேர்த்து அரைத்து சட்டியிலிட்டு மேல்சட்டி மூடி சீலை 3 செய்து எரிக்க ரசம் ஏறும். மேல்சட்டியில் கோவையிலை அல்லது குப்பை மேனிச்சார் 4, 5 முறைகள் தடவவும். மேல் சட்டியின்மேல் சாணி அப்பிவைக்கவும். இப்படி எடுக்கும் ரசம் ஒரு பல லிங்கத்திற்கு ¾ பலம் தாராளமாய் தேரும். பிறகு மஞ்சள் பொடி சர்க்கரை இவைகளில் அரைத்து சுத்தி செய்துகொள்ளவும்.

நவலோக நவபாஷாண மாரணிகள்

செங்கற்றாழை, சிவந்த சதுரக்கள்ளி, கல்லரி - இதில் தங்கம் உருக்கி சாய்க்க செம்பாம்.

குப்பைமுள்ளி, அம்மான்பச்சரிசி, நத்தைச்சூரி, பனிதாங்கி, உப்பிலாங்கொடி, ஆவரைப்பூ - இவைகளில் தங்கம் நீறும்.

செம்முள்ளி, செண்பகப்பூ, முளைக்கீரை தண்டு - சிவந்த அம்மான்பச்சரிசி - இவைகளில் வெள்ளி நீறும்.

மணத்தக்காளி - இதன் சாற்றில் வெள்ளி உருக்கி சாயக்கக் கட்டும்.

கருமத்தை - வெள்ளை பாஷாணத்தைக் கொல்லும்.
கவுதும்பையிலை - சிலாசத்தை வெண்மையாக்கும்
விராலியிலை - கந்தகத்தை நீற்றும்
கண்டங்கத்திரி - தாளகத்தை நீற்றும்
முசுமுசுக்கையிலை - பூரத்தை மடிக்கும்
சற்றுழை - பால் துத்தத்தை மடிக்கும்
எருக்கலம்பால் - சங்கு பாஷாணத்தை நீற்றும்
கொடிவேலித்தழை - வெடியுப்பைக் கட்டும்
பூவரசு - வெள்வங்கத்தை நீற்றும்
மாந்துளிர் - உப்புவகைகளை நீற்றும்

சரக்குகளை சுண்ணம் செய்ய குகைகள்

கற்சுண்ணாம்பு 2   கரியுப்பு   2

காடியில் கலக்கி காய்ச்சி சுரண்டி கலுவத்திட்டு அரைத்து கீழ்மேல் மூடிசெய்து அதனுள் சரக்கு வைத்து புடமிடவும்.

வேறு

காக்கா சிப்பியை நீத்து சாம்பலை வெண்கருவும் எருக்கம்பாலும் சேர்த்து செயநீர் செய்து அந்த செயநீரால் ஷை சாம்பலை அரைத்து குகை செய்து காய வைத்து அதில் காரசாரங்கள் புடமிட சுண்ணமாகும்.

நாடிகளின் வாதம்

திங்கள், புதன், வெள்ளி — வாதம்
சனி, ஞாயிறு, செவ்வாய் — பித்தம்

வியாழன் சுக்கில பட்சமியில் — வாதம்
வியாழன் கிருஷ்ணபட்சமியில் — பித்தம்

காரசாரம் என்னுமிடத்து எதை உபயோகித்தல் வேண்டுமென்பது

காரசாரம் என்று சொல்லுமிடங்களிலெல்லாம்; கரியுப்பு, வெடியுப்பு, சீனம், நவசாரம் இந்த நான்கையும், சவுட்டுப்பில் சுண்ணாம்பு நீர்விட்டு கரைத்து தெளிருத்து அந்த நீரில் ஷை நான்கு சரக்குகளையும் கரைத்து வடித்து எடுத்துக் காய்ச்ச கட்டிப்போகும்.

காரசாரம் என்று சொல்லுமிடங்களில் இந்த கட்டின உப்பே உபயோகிக்க வேண்டும். முப்புவின் குணம் ஓரளவுக்கு இதற்கு உண்டு. குருபோல் மருந்துகளிலும் சேர்க்கலாம். இது சட்டமுனி கருத்து.

மிருக-பட்சி தொகுப்பினத்தில் கட்டுநீற்று மானங்கள் முதலியன

போகர் கருக்கிடை

யானைதந்தம் - வெடியுப்பு கட்டும்
அமரிக்குளம்பு - அயம் ஈயமாகும்
ஒட்டை பிச்சுவில் - கெந்தக மெழுகாகும்
கழுதை அமுரி - தாளகம் சுத்தியாகும்
சிங்கு மஸ்தியில் - ஜெயகுதமாகும்
ரிஷபப் பிச்சுவில் - சாதிலிங்க மயினமாகும்
மானின் கொம்பில் - தோஷம் போகும்

வெள்ளாட்டுக்கடா பிச்சில் - வீரம், பூரம், லிங்கம் மெழுகாகும்
வெள்ளாட்டமுரி - மகோதரம் போகும்
பன்றி குட்டியில் - சூதம் கட்டும்
நரி நாய், முதலைதனில் - நாகங்கட்டும்
நரி மாங்கிசத்தில் - ஈயங்கட்டும்
குரிய குட்பிச்சலத்தில் - தங்கம் நீறும்
ஓணான் பிச்சில் - ஈடுமாகும்
கெருடன் முட்டை - ரசத்தை கட்டும்
செம்போத்தில் - ரசம் மயனமாகும்
மயில் நெய்யில் - கெந்தி சிவப்பாகும்
கிளிபிறகில் - ஈயமுருகியாடும்
சக்கிரவாகத்தில் - நாகங்கட்டும்
அன்னத்தில் - கவனமாம் குளிகை
காக்காய் முட்டை - கெந்தி கட்டும்
கோழி முட்டை - சரக்குகள் சுன்னமாகும்
ஆந்தை - பாதாளத் திலகமாகும்
குயில் முட்டை - பாஷாணம் சிவக்கும்
நாட்டுப்புரு வெச்சம் - குருவுக்காதி
தாரா முட்டை - கண் துலக்கமாகும்
ஊர்க்குருவி - தம்பனையாகும்
அளுங்குக்குள் - சூதம் கட்டும்
உடும்பு நெய்யில் - பாஷாணங்கட்டும்
பன்றி நெய்யில் - கௌரி சுத்தியாகும்
ஆமைக்குள் - சூதங்கட்டும்
கல்லாமை - நாகங்கட்டும்
கட்டெறும்பு - விஷத்தை தீர்க்கும்
பூநாகத்தில் - ஈயங்கட்டும்
இந்திர கோபத்தில் - தங்கம் செம்பாம்
பாம்புக்குள் - தாளகம் கட்டும்

மூலிகையின் சமுதாய குணம்

போகர் கருக்கிடை

சிறுவழுதலை - சுவாசமொடு காசம்போம்
வழுதலை - சிலேஷ்மம் போம்
நெருஞ்சில் - மூத்திர கிரிச்சம் போகும்
வில்வம் - சத்திபோகும்
முன்னைக்கு - மேகம் போகும்
சழற்சிகொடிக்கு - விரைவாதம் போகும்
வெண்கழற் கொடிக்கு - குன்மம் போம்
கொட்டைக் கரந்தைக்கு - வாக்குண்டாமே
நாறுங் கரந்தை - காயசித்தியாம்
நன்னாரி - அழலை போகும்
பீர்க்குக்கு - வாத சமனமாகும்
பேய் பீர்க்குக்கு - கெந்தி தயிலமாகும்
பழுபாகல் - லிங்கங்கட்டும்
முள வெள்ளரி - கிரிச்சரம் போகும்
உகாய்க்கு - சத்தெல்லாமிறங்கும்
வெள்ளை கிலு
கிலுப்பை - சூதபற்பமாகும்
சோவை - சலக்கழிச்சல் போகும்
சொடி வேலி - செவிக்கு நீர் சுருங்கும்
சதுரக்கள்ளி - பாஷாண மெழுகு
சிவதை வேர் - விரோசனி
நாயுருவி - மந்தந்தை அறுக்கும்
சிவப்பு சதுரக்கள்ளி - தங்கம் செம்பாம்
சாறடை - திமிர்வாதம் போகும்
மூக்குரட்டை - பீனிசம் போம்
செம்முள்ளி - சிலேட்டுமத்தை யறுக்கும்
சித்தாமுட்டி - சோரகத்தை போக்கும்

பாலை - சுளுக்கு போகும்
திருணம் பாலை - பித்தந் தீர்க்கும்
குடசப்பாலை - அதிசாரம் போகும்
வெட்பாலை - இரும்பு ஈயமாகும்
பழம்பாலை - பித்தம் சாகும்
நரிப்பயறு - பித்த சமனமாகும்
முதியோர் கூந்தல் - காரீய பற்பம்
வெள்ளை யாமணக்கு - வாதம் போகும்
சிவப்பாமணக்கு - சாதிலிங்க மயினம்
மாதளை - இரும்பையுருக்கும்
விளா - பித்தம் போகும்
சர்க்கரை - தாபம் - மயக்கம் போகும்
வெள்ளைக் கரும்பு - கபங்கள் போம்
அமுக்குரா - க்ஷயங்கள் போம்
பிரமி - விக்கல் போகும்
பூனைக்காஞ் சொறி - சிலேஷ்மம் போகும்
பூனைக்காலி - தம்பனமாமே
சிறுபீளை - நீரிறங்கும்
மந்தாரை - பாஷாணமயினம்
கொக்கிற்கு - சாதிலிங்கமயனம்
அழிச்சலுக்கு - விஷங்கள் போகும்
பாகலுக்கு - பாஷாணதோஷம் போகும்
காட்டாக்தி - கிராணி போகும்
சரளத்தில் - தங்கம் நீறும்
புன்னை - புண், கிரந்தி போகும்
கீழாநெல்லி - காமாலை போகும்
கருங்கொள்ளு - உருக்கினத்துக்காக்கும்
கூகை நீறு - உஷ்ணம் போகும்
தேத்தான் - நீரைக் கட்டும்
தகரைக்கு - மாந்தம் போகும்

தகரை விதை - புண், கிரந்தி போகும்
ஊமத்தை - சூத வெண்ணெயிறுகும்
கரிசாலை - பாண்டு போகும்
வெள்ளெருக்கு - சாரங்கட்டும்
மணத்தக்காளி - தணலாற்றும்
கருந்தக்காளி - கெந்திகட்டும்
குன்றிமணி - காரம் கட்டும்
பெரிய முள்ளங்கி - கிரிச்சரம் போகும்
சுவர் முள்ளங்கி - கெந்திகட்டும்
ஆற்று முள்ளங்கி - சிலேத்மம் போகும்
புனல் முருங்கை - நாகங்கட்டும்
துளசி - தோஷங்கள் போகும்
கருந்துளசி - செந்தூரத்நாதி
திப்பிலி - சன்னி போகும்
வெள்ளுள்ளி - வாதம் போமே
ஈருள்ளி - வேகம் போகும்
நொச்சிலுக்கு - கடுப்பு போகும்
கருநொச்சி - கரப்பான் போகும்
வாழைப்பூ - பெரும்பாடு போகும்
வாழைக்கிழங்கு - உழலை தீரும்
நிலப்பனை - விந்து கட்டும்
வெள்ளைக் காக்கணுன் - விரோசனி
முடக்கொத்தான் - வாதம் போகும்
சேமை - தினவு போகும்
சங்கங்குப்பி - குட்டம் போகும்
பொருமலுக்கு - விரணம் போகும்
சுறுப்பருகு - காசம் போகும்
வெள்ளருகு - மதுமேகம் போகும்
பவழம் - சுவாச மறுக்கும்
புலியாரை - காய சித்தி

தாமரை - கண்குளிர்ச்சி
தாமரை வளையம் - நஞ்செல்லாம் முறிக்கும்
தாமரையின் மணி - வசிகரம்
தாமரைக் கிழங்கு - ஆண்மை யுண்டாம்
செங்கழுநீர் - திரிதோஷம் போகும்
அரகாம்பல் - சிலேத்தமம் போகும்
அந்தரத்தாமரைக்கு - லோகங்கள் செம்பாம்
வெள்ளை தாமரை - சூதம் கட்டும்
மல்லிகைக்கு - மேனி அழகாம்
முல்லைக்கு - சோபந்தீரும்
நந்தியாவட்டம் - கண்ணுக்காமே
யிருவாட்சி - ரத்த பித்தந்தீரும்
செண்பகம் - பருக்கள் போகும்
சிறு செண்பகம் - பித்தம் போகும்
செவ்வகத்தி - பிரமை போகும்
குங்குமப்பூ - கோழைப் போகும்
எலுமிச்சை - பயித்தியம் போகும்
பேரீச்சு - { சுரங்கள் போமே
திரிதோஷம் போம்
திரிபழம் - தோஷம் போம்
இலந்தைக்கு - கடுப்பு போகும்
இலுப்பை - விரணம் போகும்
மலை இலுப்பை - வாதம் போகும்
பலாசு - பேதியாகும்
முட்பலா - அரிதாரம் நீற்றும்
அரசுக்கு - புத்தியுண்டாம்
இச்சிலுக்கு - உஷ்ணம் போகும்
நாவலுக்கு - விரணந்தீரும்
அத்தி - பெரும்பாடு நீக்கும்
பேயத்தி - தம்பனையாகும்

பூவரசு - சகலவிஷ குட்டந்தீரும்
அவுரிக்கு - நடுக்கல் நிற்கும்
வன்னி - இரும்பு செம்பாகும்
நீர் கடம்பு - நாகங்கட்டும்
கடம்புக்கு - பாஷாணங் கட்டும்
வெண்கடம் - சூதங்கட்டும்
வாகை - விரணம் தீரும்
கருப்பு வாகை - கெந்தி கட்டும்
வேங்கைக்கு - கடிகள் போகும்
வொட்டடை உதிரம் போகும்
இலவு - அதிசாரம் போகும்
இலவம் பிசின் - சுக்கிலங் கட்டும்
மாமரம் - வாந்தி நிற்கும்
பொன்னுங்காணி - கண்ணொளி தரும்
மாவிலங்கை - சன்னி தீரும்
லோத்திரம் - கண்ணுக்காகும்
வெள்ளி லோத்திரம் - துருசு குருவாகும்
ஆட்டுச் செவி - வெள்ளிய பற்பி
குதிரை செஷ்மருது காரீய பற்பி
நீர்க்கிழங்கு - ஈளை போகும்
பாலி நீர் - பாஷாணங் கட்டும்
தேக்கடை - சிறங்கு போகும்
நெய்சட்டி - சீதசுரம் போகும்
சிறி விடுகொள்ளு - தண்ணீர் கட்டும்
தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு - செம்புக் காகும்
காசோளிக்கு { - சலங்கள் நீங்கும்
- திறமுண்டாகும்
சீவகம் - கல்லுப்பு கட்டும்
மிடலந்தனக்கு - கவுரி கட்டும்
பேராமல்லி - சுரங்கள் போகும்

சிறுபுள்ளடி - கன்மங்கள் போமே
அஷ்டந் பகம் - பிரமியங்கள் போகும்
பாதிரிக்கு - சூதங்கட்டும்
புண்டரிகம் - அப்பிரமசந்தாம்
மேதைக்கு - மகாதோஷம் போம்
மகாமேதைக்கு - துஷ்டசுரம் போம்
தேக்கு - சிரங்கு போகும்
ஞாழலுக்கு - தினவு போகும்
பால் வீழி - அயம் ஈயமாகும்
வீழிக்கு - சித்தி
பாதிரிக்கு - பாண்டு போகும்
வெண்பாதிரி - தாளகங்கட்டும்
குருஞ்சுலி - அண்டமெழுகாகும்
நறுமுருங்கை வேர்பட்டை } - நாகரசம் கட்டும்
பெருங்குறிஞ்சி - கடுப்பு போகும்
புங்குக்கு - சூலை போகும்
வலம்புரி - குழிதோஷம் போகும்
மருக்காரை - நசியத்துக் குறுதியாகும்
தழுதாழை - வாதம் போகும்
தொப்பைக்கு - இறிச்சரம் போகும்
ஆதண்டை - பீனசம் போகும்
குழலா தண்டை - சரக்கெல்லாம் கட்டும்
நாணல் - துன்மாங்கிஷம் போகும்
திமிக - சோரங்கட்டும்
விடத்தேர் வேர் - சூதபற்பமாகும்
நெட்டி - நீரைகட்டும்
பெரிய வாழை - ஈய செந்தூரமாகும்
உத்தாமணி - மாந்தத்தை யறுக்கும்
பிராமுட்டி - சாரஞ்சார்கும்

நறுங்குறிஞ்சி - மயிலிறகு சத்தாகும்
நத்தைச்சூரி - இரும்பு செம்பாகும்
செப்பு நெருஞ்சில் - நீருஷ்ணம் போம்
கல்புகு வெள்ளி - க்ஷணத்தில் காயசித்தி
மீனிரைக்கு - கல்லுப்புகட்டும்
அசோகுக்கு - குன்மம் போகும்
வாலுகம் - கடிகள் போகும்
முத்தக்காசு - தோஷம் போகும்
வெள்ளை நாகணத்தி - விரோசனி
நேர்வாளம் - துடியான பேதி
குறட்டை - கோழை பீனசம் போகும்
கஞ்சாங்கோரை - குளிர்போகும்
துளசி - இரைப்பு போகும்
திப்பிலி - காமன், தாதுவிருத்தி
அணிச்சை - சொரிகள் போகும்
கற்றாழை - சுத்தியாகும்
குப்பைமேனி - உப்பை கட்டும்
செருப்படிக்கு - சிலேத்துமம் போகும்
சிவனார் வேம்பு - சில்விஷங்கள் போகும்
தாதுவளை - சிலேத்துமம் போகும்
ஆடு தின்னாப்பாளை - நாகங்கட்டும்
வெற்றிலைக்கு - நாகம் நீறும்
ஆகாச கெருடன் - சூதங்கட்டும்
ரத்தமண்டலி - இரும்பையுருக்கும்
காட்டாமணக்கு - இரும்பு ஈயமாகும்
கஞ்சா - யோகத் துக்காகும்
நிலவாகை - புழுக்கள் போகும்
கட்டுக்கொடி - உப்பை கட்டும்
பிரண்டை - வயிரம் நீறும்
வல்லாரை - உடல் தேறும்

மயூரசிகை - நாகங்கட்டும்
தாம்பூர சிகை - சூதங்கட்டும்
கானலரை - பித்தலை நீரும்
சில்லே - பாஷாணஞ் சாகும்
மலைமரம் - குடவன் நீறும்
சிறுகீரை - சூதங்கட்டும்
நீரரளி - இரும்பு செம்பாம்
சத்திச்சாரணை - காரிய பற்பி
தும்பை - சுரநாசினி
பேய்தும்பை - தோஷம் போகும்
பேய்கொள்ளு - சகலமும் சத்தாம்
பேய்கடலே - கெந்தி தைலம்
அழுகண்ணி - சூதங்கட்டும்
தொழுகண்ணி - துணித்தசதை கூடும்
முடிவாட்டுக்காலில் - சவ்வீரம் கட்டும்
நாகசிங்கி - நாகங்கட்டும்
பொன்னூமத்தை - சூதங்கட்டும்
கருவூமத்தை - கெந்தி கட்டும்
நான்முகப்புல் - ஈயபற்பி
சுணங்க விருட்சம் - சூதங்கட்டும்
எருமை கணச்சான் - காயசித்தி
ரோம விருட்சம் - சகல சித்தி
செந்தாடுபாவை - தங்க செம்பு
சாயா விருட்சம் - க்ஷண வேதியாகும்
கருநெல்லி - சகல சித்தாம்
கல்லறகு - தங்கம் செம்பாம்
கலச்செம்பு - சூதம் குருவாகும்
மூவிலேக்குருத்து - சூதமணியாகும்
முத்தெருக்கன்செவி - சூதங்கட்டும்
செந்திராய் - சூதம் செம்பாம்

செம்பல்லி - சூதம் கட்டும்
செவ்வகத்தில் - சாதிலிங்கமயனம்
நீலஞ்சோதி - துருசு வெள்ளையாம்
நிலக்கடம்பு - அப்பிரகம் சத்தாகும்
பிறங்குநாரி - கௌரி கட்டும்
பூதணங்கு - மால்தேவி கட்டும்
செருந்திக்கு - பாஷாணங்கட்டும்
கொத்தான் - பித்தம் போகும்
வறட்சுண்டி - நீரைக்கட்டும்
ஆமிரம் - வெடியுப்பு கட்டும்
அம்பரிக்காய் - கல்லுப்பு கட்டும்
புணம்புளி சாரங்கட்டும்
தும்பை - சூதபற்பி
சிறுதும்பை - சோபம் தீர்க்கும்
சோணகப்பூ - பாதரசமாகும்
பேய்துமட்டி - பாஷாணங்கட்டும்
பெருந்தும்பி - வெள்ளியபற்பி
துடரி - மால்தேவிபற்பி
தேவதாளி - சூத பற்பி
தாளி - இரை, இருமல் மூர்ச்சை போகும்
நாறுந்தாளிக்கு - சிலேத்துமம் போகும்
நாகதாளிக்கு - நாகங்கட்டும்
பேய்ச்சுரைக்கு - விஷங்கள் தீரும்
விஷ்ணுகரந்தை - சுரம் போக்கி
நாகபலே - தாம்பர செந்தூரம்
நீர்கடம்பு - ஈய செந்தூரம்
கிளிமூக்கு - லோக செந்தூரம்
ஈகை - தாளக செந்தூரம்
நறுவிளி - நாக்கு புண்ணாறும்
புளிவஞ்சி - நாகபாலே பற்பி

வெட்புலா - உஷ்ணம் போம்
நீர்ப்புலா - போக மிகுவாகும்
தலைச்சூடு - வெள்ளிரசம் கட்டும்
பிரம்மதண்டி - சூதங்கட்டும்
பொடுதலை - கடுப்பு போகும்
கோடகசாலை - வயிற்றுப்புழு போகும்
காட்டுக்கொள்ளு - சாரங்கட்டும்
பேய்கரும்பு - பிசாசு போகும்
பேய்திமிட்டி - பாஷாணங் கட்டும்
பாகலுக்கு - வட்புழு போம்
திலக்குரா - சத்திரங்கும்
பூவம்பழம் - எண்ணெ கட்டும்
முட்பலா - ஆண்மையுண்டாம்
இசங்குக்கு - சிலேத்துமம் போகும்
கருவேலுக்கு - பல்லிருகும்
காஞ்சிரை - காயசித்தி
வேம்பாடம் - கணவிரணம் போம்
மலையத்தி - பேதி கட்டும்
சடைச்சி - விரியனுட விஷத்தைப் போகும்
மூங்கிலரிசி - சுரதோஷம் போகும்
மூங்கில் குருத்துக்கு - ரத்தம் போமே
செவ்விற்கு - அயச்செம்பாகும்
செம்பாகு - தங்கம் செம்பாம்
ஒரு கொம்பீ - ரசிதம் செம்பு
நீர் விரை - பயித்தம் போகும்
கழுதை மாண்புள்ளி - வெள்ளீயம் கட்டும்
செழுமலர்க் கொன்றை - புழுவகற்றும்
பெருமலர்க்கொன்றை - கிருமிபோகும்
சிறுநீலிக்கு - நரை போகும்
புளிநரளைக்கு - திமிறுபோகும்

பேய்க்குமட்டிக்கு - லிங்கம் கட்டும்
சுண்டக்காய் - சுரங்கள் போகும்
காரெள்ளு - திலதமாகும்
பீத ரோகணி - கண் குளிர்ச்சி
நெல்லி - கெந்தி செம்பாகும்
சின்னருகை - தைலந்தாதி
ஆவாரை - ஈய செந்தூரி
காட்டுக்கருணை - கெந்தி வெள்ளை
சூதந்திக்கு - சிலைதலமாகும்
ஆதளைக்காய் - சூதஞ்சாகும்
நரி முருக்கு - க்ஷயத்தை போக்கும்
கிளி முருக்கு - அயச்செந்தூரம்
தேய்த்திரை - காயசித்தி
மஞ்சி பத்திரம் - காந்தம் செம்பாகும்
நாய் வேளை - அயத்தை கட்டும்
பச்சைநாபிக்கு - சூதங்கட்டும்
மாகாளி - மயக்கம் போகும்
தாளிப்பனை - சலங்கள் போகும்
ஓரிலைத்தாமரை - அழலைப்போக்கும்
நீர்முள்ளி - வீக்கம் போக்கும்
வெள்ளை நீர்முள்ளி - செம்பு குருவாகும்
நறுஞ்சோந்தி - நாகங்கட்டும்
நல்லராரை - சூதவெண்ணையிருகும்
கசப்புப்பசலை - சூதங்கட்டும்
இறுவேலி - தாபத்தை போக்கும்
பருத்திக்காய் பால் - பெரும்பாடு போகும்
அகத்தி - வெக்காடு போகும்
சக்ரவர்த்தி கீரை - பித்தம் போகும்
வனமிட்டி - சாரங்கட்டும்
பூசணி - ஊறல் போகும்

அக்கரி - நீர் பெருக்கும்
கொம்மட்டி - வாதஹரி
இரும்பிலி - கெந்தி தைலம்
பிரம்புக்கு - சூலை போகும்
மீன்கரணைக்கு - சிரந்தி போகும்
கோழிக்கீரை - கிருமி போகும்
கிளுவைக்கு - துஷ்டவிரணங்கள் போகும்
ஐவிரலி - லிங்கம் கட்டும்
கவுதும்மை - மூலம் போகும்
பிறங்குநரரி - பொட்லுப்பு கட்டும்
செங்கத்தாழை - அயம் செம்பாகும்
கட்டுத்தி - கண்டம் வெளுப்பாகும்
புல்லுருவி - கருங்குட்டம் போகும்
பாவட்டை - வாதம் போக்கும்
கருங்கொடிக்கு - பாஷாணம் கட்டும்
ஓட்டொட்டி - காயம் உருதி
செம்பரத்தை - சாதிலிங்க மயனம்
கொடிக்கள்ளி - பாஷாணங்கட்டும்
இல்லைக்கள்ளி - பாஷாணம் சாகும்
திருகு கள்ளி - கௌரி கட்டும்
மான் செவிக்கள்ளி - தாளகம் மெழுகாகும்
பொன்னுவரை - ஈயசெந்தூரி
ஓதியம் - விரணம் ஆற்றும்
புன்னை - ஆருத விரணம் தீரும்
சுரபுன்னை - அரிதாரம் கட்டும்
நறும்பிசினுக்கு - நாகங்கட்டும்
சின்னிக்கு - சிலைகட்டும்
உகாயுக்கு - அப்ரகம் சத்தாம்
கோதுமை - உடல் அழுந்தமாகும்
அவல் - ஆண்மையாகும்

வரகுக்கு - ஆண்மை குன்றும்
மொச்சை - வாதமுண்டாகும்
பனிப்பயறு - பித்தம் போக்கும்
கருப்புக்கடலை - காயசித்தி
துவரை - மேனிபாங்காம்
அகத்தி விதை தயிலத்தில் - அயம் உருகியாடும்
அகத்திப்பழுப்பு சாறு - சத்துக்காதி
அகத்திவேர் பட்டை - மேகம் போகும்
செங்காளான் - சூதங்கட்டும்
கருங்காளான் - நாகங்கட்டும்
பச்சைகாளான் - பரிசவேதை
வனமிட்டி - சாரங்கட்டி மணியாக்கும் தாளக பற்பி
இரும்பிலி - கந்தி தயிலம் திரிதோஷ சமனி
ஷெ வேர் சாற்றில் - நாகங்கட்டும்
ஷெ இலை சாற்றில் - ஈயங்கட்டும்
செம்பருத்தி - நாகங்கட்டும் - குஷ்ட நிவாரணி
கசப்புப்பசளை - சூதம் மணியாகும்
கசப்புப்பசளை சார் சுருக்கு - லிங்கமயனம்
நாக செந்தூரி

ஆரை - ஈய பற்பி
விரணத்தின் நீரை கொல்லும்
சலரோகம் போக்கி
தண்ணீர் சுருக்கி
கிளுவை - உருக்கு பற்பி - வாத சமனி
செங்கத்தாழை வேர் சாற்றில் - வெள்ளி செம்பாம்
ஷெ பூ சாற்றில் - தங்கம் செம்பாம்
ஷெ பழச்சாற்றில் - அயம் செம்பாம்
புல்லுரி } - திரிதோஷ சமனி / காமாலை நாசினி

உசிலம் —செம்பு பற்பி
—திரிவங்க செந்தூரி
—காயத்தை கல்லாக்கும்

சோற்றுப்பு—வாதவைத்தியத்துக்காதி.

மருந்தின் பக்குவ குணம்

மருத்துவ நூல்களில் குறிப்பிட்ட முறைகளை செவ்வனே அனுசரித்து கைபாகம் செய்பாகம் பிறழாமல் அரைப்பு, உலர்த்தல், புடம் முதலியவைகளை செய்து முடிக்கும் மருந்துகளே தரமையானது. ஆறு சாமங்கள் கைவிடாமல் அரைத்தல் வேண்டும் என்று நூல்கள் சொன்ன போதிலும், போதும் என்று இரண்டாவது சாமத்திலேயே நிறுத்திவிட்டு மாத்திரை உருட்டுகிற மருத்துவர்கள் மருத்துவத்துக்கே துரோகம் செய்தவரா வார்கள்.

உலோகங்கள் அரைத்த வில்லைகள் குறைந்த பட்சம் பத்து நாட்களாவது உலரவேண்டும். புடமிட்டு எடுக்கும் போது சாத்திரங்களில் சொன்னபடி வர்ணம் குறையு மாளுல் அதை மறுபடியும் அந்த வர்ணம் வரும்வரை யில் புடங்களிடுதல் வேண்டும். "கருப்பு நாய் வேட்டை பிடிக்காதா" என்று ஒரு வைத்தியர் முருக்கம் பூப் போலிருக்க வேண்டிய மருந்தை கருப்பாக்கி வைத்துக் கொண்டு என்னை கேள்வி கேட்டார்.

"பக்குவ பாகத்தையுறு மருந்தும் பிறழ்
பக்குவமாகத் துப்பருமருந்து—மெய்க்குங்கா
லக்காலமும் பருணவாழி வருந்துன் சிந்து சேடன்
கக்காலமும் பேருந்துங் காண்" (தேரையர்)

பொழிப்புரை : தகுமான முறையினுற் செய்யப்பட்ட ஔஷதங்களே யாளுலும் பக்குவ பாகந்தைப் பொருந்து மாளுல் அது தேவர்களுண்ணத் திருப்பாற் கடலில் உண்டான அமிர்தந்துக் கொப்பாம். கனமான முறை யினுற் செய்யப்பட்ட ஔஷதங்களே யாளுலும் செய் பாகங் கெடுமாயின் அக்காலத்தில் ஆதிசேடன் கக்கிய விஷந்துக் கொப்பாகுமென்க.

(கீழ்க்கண்ட குணங்கள் தேரையர் செய்யுட்களுக்கு பதவுரை)

மறுபாகக் குணம்

பக்குவமாகக் காய்ச்சி ஆறின வென்னீர் ரசாயனம், நல்ல வீரியமுள்ள லேகியம், கியாழம் தனியே இடித்துப் பிழிந்து முறித்த சுரசம் சென்ற இரவில் மீந்த பதார்த் தம் முதலியவைகளை மறுபடியும் ஒரு தரம் அடுப்பில் வைத்துப் பாகஞ் செய்து புசிக்கில் இதுவே விஷமாம்.

மருந்து வைக்கும் பாத்திரத்தின் குணம்

தெங்கின் குடுக்கை

மூங்கிற் பரணை

தந்தச்சிமிள்—இவைகளில் வைக்கின்ற நலமில்லாத அற்ப மருந்தும் உயர்ந்த மருந்தாம். வெண்கலம், இரும்பு, மரம் மிருகங்களின் கொம்பு இவைகளாற் செய்த பாத்திரங்களில் வைப்பது மத்திம பட்சமாம்.

மருந்தூட்டும் பாத்திரபேதம்

வாதரோகிகளுக்கு	வெண்கலப் பாத்திரத்திலும்
பித்த ரோகிகளுக்கு	தங்கப் பாத்திரத்திலும்
சிலேஷ்மரோகிகளுக்கு	தாம்பரப்பாத்திரத்திலும்

மருந்தை இழைத்துண்ணக் கொடுக்க வேண்டும். இவைகள் இல்லையெனில் மண் பாத்திரமே உத்தமமாகும். இது பூரண ஆயுளைத் தரும்.

மருந்தூட்டும் காலம்

வாதரோகிகளுக்கு	போஜனம் செய்யுமுன்னும்
பித்த ரோகிகளுக்கு	போஜன நடுவிலும்
சிலேஷ்ம ரோகிகளுக்கு	போசனம் செய்த பின்பும்

ஔடதம் கொடுத்தால் அந்த வியாதியினுலே சமுத்திரஞ் சூழ்ந்த உலகத்தில் அவர் இறக்கமாட்டார் கள்.

மருந்தருந்திய பின்பு வாயிலிடும் வஸ்துகள்

கொட்டைப்பாக்குச் சீவல்	வெற்றிலைக் காம்பு
நாகப்பூ	கிராம்பு
தேன்	பழைய நெற்பொரி
திராட்சைப் பழம்	பச்சை கர்ப்பூரத்தூள்

இவைகள் உண்ட மருந்தின் தன்மையை கெடுக் காத வஸ்துக்கள்.

சிகிச்சையின் பேதம்

சிகிச்சை மூவகைப்படும்.

ரசம், கந்தகம், பாஷாணம், பற்பம் ஆகியவைகளைக் கொண்டு வைத்தியம் செய்வது தேவகண சிகிச்சை.

விருக்ஷ முதலிய ஔஷதிகளைக் கொண்டு சிகிச்சை செய்வது மனுஷகணச் சிகிச்சை. அறுத்தல், காரம் வைத்தல், அக்கினிய பாற் கடல் முதலியவை ராட்சச கணச் சிகிச்சையாம்.

காலபேத விரோனம்

கஷாயம், கல்கம், ஆமணக்கு நெய் இம்மூன்றும் கோடை காலத்து பேதி மருந்துகளாம். மழைக்காலம் பனிக்காலங்களில் நேர்வாளம், பலவித கள்ளிப்பால், ரசம், உப்பு இவைகள் சேர்ந்த மருந்துகளைக் கொடுக்கில் கிரமமாகப் பேதியாகும்.

வாத வைத்தியத்திற்கு அறியவேண்டியது

1. காரம் விட்டால் உருக்கினம் போச்சு
2. வீரம் விட்டால் நீற்றினம் போச்சு.
3. புடம் விட்டால் சாரணை போச்சு
4. உப்பை விட்டால் கட்டு போச்சு
5. இரசம் விட்டால் வாதம் போச்சு
6. சாரம் விட்டால் செயநீர் போச்சு
7. துரிசு விட்டால் குருவே போச்சு
8. கெந்தி விட்டால் வர்ணம் போச்சு
9. சிராவணம் விட்டால் சத்து போச்சு
10. ஊதுதல் விட்டால் சுண்ணம் போச்சு

சில பாஷாணங்கள் முதலியவற்றிற்கு தெரிந்தவரையில் ஆங்கில மொழிகள்

அரிதாரம்—Yellow Sulpheret of Arsenic
கெந்தி—Sulphur
வீரம்—Corrosive sublimate, percloride of mercury
சூதம்—Mercury
கௌரி—Yellow Arsenic
துத்தம்—Zinc
காந்தம்—Magnet
தாளகம்—Orpiment
மனோசிலை—Red Arsenic
லிங்கம்—Mercury Sulphide, Vermiluri
வெள்ளைப் பாஷாணம்—White arsenic
கற்பாஷாணம்—Metreorite
அஞ்சனம்—Antimony Sulphide
சிலாமதம்—Bitumen
அப்பிரகம்—Mica
தீ முருகல்—Phosphorous
வெள்ளைக் குங்கிலியம்—Conkany Reseri-Boswellia Serrata
குந்துருக்கம்—White or Pury dammer, Veteria Indica
கருப்புக் குங்கிலியம்—Black dammer canarium strictum
பூனைக்கண் குங்கிலியம்—Cat's eye resin of yellowisle brown colour—Pistacia lentiscus
குக்குலு—Indian bellium
மைசாட்சி—Foreign Guggal—Balsamoderidron mukal
பூரம்—Bichloride of mercury

முகவுரை

சரக்கு சுத்தி

மனிதர்களுக்கு உடற்பிணிகள் இருவகைக் காரணங்களால் உற்பவிக்கின்றன. பரம்பரை வியாதி ஒன்று, ஒழுங்கற்ற முறையில் நடந்து தானாகவே சம்பாதித்துக் கொள்ளும் வியாதி ஒன்று. இந்த இரண்டு வியாதிகளும் உடலிலுள்ள ரத்தம் அனர்த்தமாகி பலவித வியாதிகள் உடலில் பரிணமிக்கின்றன. இந்த நஞ்சு என்னும் பொருள் ரத்தம், எலும்பு, தசை, நரம்பு முதலியன எல்லா உறுப்புகளிலும் வியாபித்து கபம் என்ற பொருளாக மாறி உயிரையே மாய்த்துவிடுகிறது. இந்த நஞ்சை உடலிலிருந்து விலக்கி சுத்தி செய்வதே மருத்துவனுடைய கடமை. அதற்குகந்த மருந்துகளைக் கொடுத்து நஞ்சை நீக்கும் அளவில் உடல் வன்மை பெறுகிறது. அதையே சித்தர்கள் கற்ப சாதனை யென்பர்.

அதேபோல எல்லா மருந்து சரக்குகளும் நஞ்சுப் பொருளை யுடைத்தாயுள்ளது. அந்த நஞ்சை நீக்கி சுத்தி செய்து மருந்துகளைத் தயார் செய்வதே முறையானது. அப்படிச் செய்யாவிடில் அந்த நஞ்சுப் பொருள் உடற் பிணிகளை நீக்கத் தவறுவதல்லாமல் பலவிதமான உபத்திரவங்களை உடலில் சம்பவிக்கச் செய்யும்.

ஆகவே சித்த வைத்தியர்கள் முக்கியமாகக் கவனிக்க வேண்டியது சரக்கு சுத்தி முறையாகும். இந்நூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள சுத்தி முறைகளில் ஒரு சரக்குக்கு பல முறைகள் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. அவைகளில் ஏதாவதொன்றை செய்து கொண்டால் போதுமானது.

சரக்கு சுத்தி

1. லிங்கம்

1. பழச்சாறு, பசும்பால், மேனிச்சாறு சமம் சேர்த்து ஒரு சாமம் சுருக்கு.

2. தாய்ப் பாலில் ஒருநாள் ஊற வைத்தெடுத்து துடைத்து மறுபடியும் தாய்ப்பாலில் ஊறவைத்தெடுத்து இப்படி மூன்று நாட்கள் செய்யவும்.

3. பழச்சாறு சுருக்கு ஒரு மணி நேரம் தேன் சுருக்கு ஒரு மணி நேரமும் முசுமுசுக்கைச் சாறு சுருக்கு ஒரு மணி நேரம்.

4. கற்சுண்ணாம்பு கீழும் மேலும் சட்டியிலிட்டு அமுத்தி மூடியிட்டு மூன்று மணி நேரம் சிறு தீயாக எரிப்பு. இந்த முறைப்படி வேண்டிய அளவு லிங்கத்தை யிட்டு சுத்தி செய்யலாம். இது ஓர் சிறந்த முறை.

5. வெண்கரு 1 மணி வரையில் சுருக்கு கொடுக்க சுத்தி.

2. வீரம்

1. இளநீரில் கொஞ்சம் கட்டி கற்பூரத்தைக் கலக்கி அந்த நீரில் டோளா யந்திரமாய் வீரத்தை முடித்து 2 மணிகள் வரை சிறு தீயில் எரித்தெடுக்கவும்.

சிறுகீரைச் சோற்றில் தோள் யந்திரமாய் எரித்தெடுத்து அலம்பி உலர்த்தி எடுக்கவும்.

3. முட்டையின் வெள்ளைக் கருவில் ஒரு நாள் ஊற வைக்கவும்.

4. தென்னங் குரும்பைச் சாற்றில் டோளா யந்திர முறைப்படி வேக வைத்தெடுக்க சுத்தி.

3. பூரம்

1. வெற்றிலை, பாக்கு கூட்டி கியாழம் செய்து அந்தக் கியாழத்தில் மூன்று நாள் ஊறவைத்து, பிறகு அந்தக் கியாழத்திலேயே கிழி கட்டி தோளா யந்திரமாய் எரித்தெடுக்கவும்.

2. கற்சுண்ணத்தைக் கீழும் மேலும் இட்டு மேல் மூடி வைத்து மூன்று மணிநேரம் எரித்தெடுக்கவும். இது ஓர் நல்ல முறை. சுண்ண நீரிலும் கிழிகட்டி தோளா யந்திரமாய் எரித்தெடுக்கலாம்.

3. முலைப்பாலில் ஒருநாள் ஊறவைக்கவும்.

4. பசும்பாலில் ஒருநாள் ஊறவைக்கவும்.

4. வெள்ளைப் பாஷாணம்

ஆட்டமூரியில் கிழிகட்டி தோளா யந்திரமாய் ஒரு மணிநேரம் எரித்தெடுத்து கழுவி உலர்த்தவும்.

5. கெவுரி

1. பன்றிப்பாலில் தோளா யந்திரமிட்டு எரித்தெடுக்கவும்.

2. பழச்சாற்றில் இட்டு எரித்தெடுக்கவும்.

6. மனோசிலை

1. காடி அல்லது எலுமிச்சம் பழ ரசத்திலிட்டு மூன்று மணிநேரம் எரித்தெடுக்கவும்.

2. சிறுகீரைச் சாற்றில் தோளா யந்திரமிட்டு எரித்தெடுத்து அலம்பி உலர்த்தவும்.

3. இஞ்சிச் சாறுவிட்டு நைய அரைத்து உலர்த்திக் கொள்வது சிறந்த சுத்தி.

7. நாளகம்

1. கோமூத்திரம் அல்லது ஆட்டமூரி ஒரு படியில் கற்சுண்ணம் கால்படி கலந்து தெளிந்ததும் இறுத்து அதில் மேனிச்சாறு கால்படி சேர்த்து, அதில் கிழி கட்டி மூன்றுமணி நேரம் எரித்தெடுத்து அலம்பி உலர்த்தவும்.

1. சுண்ணாம்புக் கற்களின் நடுவே நாளகக்கட்டிகளை வைத்து கழுதையின் மூத்திரத்தை ஊற்றி சுண்ணாம்புக் கற்கள் மலர்ந்தபின் எடுத்து அலம்பி மறுபடியும் முன் சொன்னபடியே மொத்தம் 7 முறை செய்யவும்.

2. வாழைப்பட்டைச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

8. கெந்தி

1. இரும்பு பாத்திரத்தில் பசு நெய் விட்டு கெந்தி யிட்டு உருக்கி பசும்பாலில் சாய்க்கவும். இப்படி 10 முறை செய்ய அதிக சுத்தி.

2. பசு நெய்யிட்டு உருக்கி மிளகு தக்காளி (மணத் தக்காளி) சாற்றில் சாய்க்கவும்.

3. கெந்தியை உருக்கி தேங்காய்ப் பாலில் சாய்த்தெடுக்கவும்.

4. கெந்தியை உருக்கி கையாந்தகரை (கரிசலாங் கண்ணிசாற்றில்) சாற்றில் மூன்று முறை சாய்க்கவும்.

5. வேம்பிலைச் சாற்றில் 7 முறை உருக்கி சாய்க்கவும்.

9. ரசம்

புகையூரல், மஞ்சள், செங்கல் தூள் எல்லாம் கூட்டி ரசத்தை விட்டு நன்குயரைத்து தண்ணீரில் அலம்பி எடுத்து உலர்த்தவும்.

பிறகு மேனிச்சாறு விட்டு நன்குயரைத்து எடுத்து உலர்த்தவும்.

பிறகு சித்திரமூலம் கியாழத்தில் அரைத்தெடுக்கவும்.

பிறகு சோத்துப்பு (டேபிள் உப்பு) இட்டு அரைக்கவும்.

பிறகு கற்கண்டு தூள் அல்லது கருப்பு வெல்லமிட்டு அரைத்தெடுத்து அலம்பி உலர்த்தவும்.

இவ்விதம் செய்து எடுத்த ரசமே மருந்துகளுக்கு உபயோகிக்கத்தக்கது. சுத்திகள் குறைவாய் உபயோகிப் பதால் பலவிதமான நோய்களை உண்டாக்கி சரீரத்தையே கொன்றுவிடும்.

வாலை ரசத்தை எடுத்து ஷ சுத்திகள் செய்ய வேண்டும். வாலை ரசத்திற்கு சுத்தி அவசியமில்லையென்று நினைப்பது பிசகு.

மேற்சொன்ன சுத்திகளோடு இன்னும் இஞ்சிச்சாறு வெத்திலைச்சாறு, பிரண்டைச்சாறு இவைகளில் அரைத் தெடுக்க வெகு சுத்தியாகும்.

10. தொட்டிப் பாஷாணம்

1. சத்து. சத்தாக வெட்டி கிழிகட்டி நெல்லில் வைத்து அரைத்து எடுக்கவும்.

2. ஆட்டுப்பாலில் காய்ச்சி எடுக்கவும்.

11. மடல் துத்தம்

வெண்ணையில் இரண்டுநாள் ஊறப்போட்டெடுத்து தயிரில் ஒரு நாள் ஊறப்போட்டெடுத்து குமரிச்சாற்றில் ஒருநாள் மஞ்சளின் சாற்றில் ஒருநாள் ஊறவைத் தெடுக்கவும்.

12. துருசு

1. கோமூத்திரத்திலிட்டு 3 மணி நேரம் எரித்தெடுத்துக் கழுவி வெய்யிலில் உலர்த்தவும்.

2. சுத்தமான தேனில் ஒரு மாதம் ஊறவைத்து எடுக்க ஊறலறும்.

3. கழுதைத்தும்பைச் சாற்றில் ஒருநாள் ஊறப் போட்டு எரித்து எடுக்கவும்.

13. ரச செந்தூரம்

எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் ஒருநாள் ஊறவைத்து எடுத்து அலம்பி உலர்த்தவும்.

14. பால் துத்தம்

இதை கிழிகட்டி சிறு நீரில் ஒருவாரமும் கோ நீரில் ஒருநாளும் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

15. தந்தி விதை

உவர்மண் கரைத்து அதில் 3 நாட்கள் ஊற வைத்து பிறகு ஒருமணி நேரம் அவித்தெடுக்க சுத்தி (இதில் தாம்பிர சத்துள்ளது அறியவும்.)

16. எட்டி

1. எட்டி விதையை சிறுகீரைச் சாற்றில் மூன்று மணி நேரம் எரித்தெடுத்து மேல்தோல் சீவிவிடவும்.

2. கருஊமத்தன் சாற்றில் அவித்தெடுத்து மேல் தோல் சீவிவிடவும்.

3. மணல் பரப்பி அதன் மேல் கொட்டைகளைப் பரப்பி மேல் மணலிட்டு தண்ணீர் தெளித்து மூன்று நாட்கள் ஊறியபின் எடுத்து தோல் சீவி எடுக்கவும்.

17. ஊமத்தன் விதை

பழச்சாற்றில் ஒரு சாமம் (3 மணி நேரம்) எரித்தெடுக்கவும்.

18. சித்திரமூல வேர்ப்பட்டை

சுண்ண நீரில் கால்மணி நேரம் ஊற சுத்தி.

19. நாபி

வெள்ளாட்டு மூத்திரம் அல்லது கோ மூத்திரத்தில் வேகவைத்து எடுக்கவும்.

20. சேர்வாளம்

1. எருமைச் சாணத்தில் வாளப் பருப்புகளைக் கிழி கட்டி 3 மணி நேரம் எரித்து எடுத்து கழுவி பருப்புகளை உடைத்து அதிலுள்ள முளையைப் போக்கி, பிறகு மோர், பழச்சாறு சேர்த்து அதில் டி முளை போக்கிய பருப்புகளை இட்டு 3 மணி நேரம் எரித்தெடுத்து உலர்த்தி பிறகு வாணலியில் கொஞ்சம் விளக்கெண்ணெயிட்டு அதில் கொட்டைகளையிட்டு சிவப்பாக வாசனை கிளம்பும் வரையில் வருத்தெடுத்துக் கொள்ளவும்.

2. புதிதான வாளக்கொட்டைகளை சாணம், ஆட்டுப் புழுக்கை, எரு சேர்ந்த மணலில் ஊன்றி தண்ணீர் ஊற்றிவந்தால் இரண்டு வாரத்திற்குள் முளை வந்து அம்முளையினுல் இரு பக்கங்களிலும் உள்ள பருப் பின் ஐவ்வானது நீங்கப்பெறுகிறது. முளைகளை கத்திரியினுல் நறுக்கி எடுத்து அதற்குமேல் மற்ற சுத்திகளைச் செய்வது வெகு விசேடமான சுத்தி.

21. சேங்கொட்டை

மூக்கை வெட்டி விலக்கி மற்றவைகளை சிறு துண்டு களாக்கி ஒரு மட்பாண்டத்திலிட்டு எருமைச் சாணத்

தையும் ஒருபடி எருமைக் கோமியத்தையும் சேர்த்து, அடுப்பின்மேலேற்றி சுண்டக் காய்ச்சி எடுக்க, சேராங் கொட்டையிலுள்ள விஷ எண்ணெய் அதிலிருந்து கசிந்து சாணத்தில் இறங்கும். அவ்விதம் இறங்கியதும் சாணம் கருநிறமடையும். அச்சமயத்தைப் பார்த்து பாண்டத்தை அடுப்பிலிருந்து இறக்கி பருப்பை மட்டும் எடுத்து சுத்தமாகக் கழுவித் துடைத்துக்கொள்ளவும்.

பிறகு வேறொரு பாண்டத்தை அடுப்பிலேற்றி அதில் ஒருபடி எருமையின் மோரை ஊற்றி, துடைத்து வைத்திருக்கும் பருப்புகளைப் போட்டு, தீ எரித்து மோர் முற்றிலும் சுண்டும்வரையில் காய்ச்சி பிறகு பருப்பை எடுக்கவும். இவ்விதம் சுத்திசெய்ய சேராங்கொட்டையின் கெட்ட வீரியம் குறைந்து நல்ல குணமுடையதாகும். பிறகு அதை எவ்விதமான மருந்து முறையிலும் உபயோகிக்கலாம்.

22. பவழம்

1. பசுமோரில் கிழிகட்டி 3 மணிநேரம் எரிப்பு.

2. பழச்சாற்றில் 3 நாட்கள் ஊறவைத்தெடுத்து அலம்பி உலர்த்தி எடுக்கவும்.

3. எருக்கலம் பாலில் 3 நாள் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

23. குச்கில்

எருமை மோரில் ஒருநாள்வரை ஊறப்போடவும்.

24. சிவதை வேர்

நரம்புகளை நீக்கி அகற்றி சிறு துண்டுகளாக்கி பசும் பாலில் அவித்து எடுக்கவும்.

25. அமுக்கரா வேர்

சுத்தி பசும்பாலில் அவித்தெடுக்க.

26. முத்து

1. சங்கம் பழத்தில் 3 நாள் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

2. கரும்பூலா இலைச்சாற்றில் ஒருநாள் ஊறவைத்தெடுத்து கழுவி உலர்த்தவும்.

3. ஊமத்தையின் சாற்றில் ஒருநாள் முழுவதும் ஊறவைத்து மறுநாள் காலையில் புளியிலைச்சாற்றில் ஊறவைத்தெடுத்து சுத்த ஜலத்தில் கழுவி எடுக்க சுத்தியாகும்.

27. திப்பிலி

சித்திரமூலக் கியாழத்தில் அரைநாள் ஊறி உலர்த்த சுத்தி.

28. சுக்கு

சுக்கு மேல்தோல் நீக்கி சுண்ணநீரில் ஒருகணி நேரம் ஊறவைத்து எடுத்து உலர்த்தவும்.

29. மிளகு

1. புளிச்சத் தண்ணீரில் ஒருநாள் ஊறவைக்கவும்.
2. சிறுதீயில் வாசனை கிளம்ப வறுத்தெடுக்கவும்.

30. பெருங்காயம்

பொரித்தெடுத்துக் கொள்ளவும்.

31. கரியபவளம் என்கிற மூசாம்பரம்

வெள்ளாட்டு முரியில் கரைத்து வடித்து சுண்டக் காய்ச்சி எடுக்கவும்.

32. தேன்

சுடவைத்து வடித்துக்கொள்ளவும்.

33. அபினி

1. ஜாதிக்காயைத் துளைந்து அதில் அபினியை வைத்து ஜாதிக்காய்த் தூள் அல்லது துண்டு அழுத்தி ஒரு மண்சீலை செய்து நெருப்பிலிட்டு வேகவிட்டு வைத்து அரைக்கவும்.

2. வெங்காயத்துக்குள் வைத்து ஒன்றிரண்டு சீலை செய்து நெருப்பில் வெங்காயம் வெந்த பக்குவத்தில் எடுத்துக்கொள்ளவும்.

34. கஞ்சா

1. ஒரு மண்பாத்திரத்தில் நீர் விட்டு கொஞ்சம் உப்பிட்டுக் கலக்கி அதில், கஞ்சாவை ஒரு துணியில் கட்டி ஷெ தண்ணீரில் ஓர் இரவு ஊறவைத்தெடுத்து கசக்கி அலம்பவும். அதேபோல ஏழு முறைகள் செய்யவும்.

2. பசும்பாலில் வேகவைத்தெடுத்து நீரில் நன்றாய்ப் பத்து முறைகள் பிசைந்து அலம்பி எடுக்கவும்.

35. சாதிக்காய்

மேல்தோல் சீவி நெய்யில் வருத்தெடுக்கவும்.

36. கிராம்பு (லவங்கம்)

மொட்டுப்போல் உள்ள பூவை எடுத்தெறியவும்.

37. அக்கரகாரம்

ஒன்றிரண்டாய்த் தட்டி சிறுக வறுத்தெடுக்கவும்.

38. கடுக்காய்

குமரிநீரில் மூன்று நாட்கள் ஊற வைத்தெடுத்து உலர்த்தவும்.

39. குங்குமப்பூ

சிறுக வறுத்தெடுக்கவும்.

40. சீரகம்

வாசனை கிளம்ப வறுத்தெடுக்கவும்.

41. தாளிச பத்திரி

வறுத்தெடுக்கவும்.

42. சித்தாத்தை

ஒன்றிரண்டாய் தட்டி சிவக்க வறுக்கவும்.

43. தனியா (கொத்தமல்லி விதை)

வறுத்து நன்றாய்த் தேய்த்து புடைத்தெடுக்கவும்.

44. ஓமம்

சுண்ணாம்பு தெளிவு நீரில் ஒரு சாமம் ஊறவைத்து எடுத்து உலர்த்தவும்.

45. தேத்தாங்கொட்டை

ஒரு நாள் தண்ணீரில் வேகவைத்து மேல் தோலை ஒட்டு வில்லையின்மேல் தேய்த்து சுத்தமான நீரில் கழுவி துணியினால் துடைத்து எடுக்கவும்.

46. அறுகன் வேர்

கணுக்களை நீக்கவும்.

47. இஞ்சி

மேல் தோல் நீக்கவும்.

48. இஞ்சிச் சாறு

இஞ்சியை அரைத்து நீரில் கலக்கித் தெளிந்தபின் நீரை வடித்தெடுத்துக் கொண்டு கீழே நிற்கும் சுண்ணும்பை அகற்றிவிடவும்.

49. வல்லாரை

வல்லாரை இலையைக் காம்பு நீக்கி பழுப்பு இலைகளை அகற்றி அலம்பி எடுக்கவும். பிறகு ஒரு பாத்திரத்தில் பசும்பாலும் தண்ணீரும் சமஎடை கலந்து பாத்திரத்தின் வாய்க்கு துணி கட்டி அத்துணியில் இலைகளை இட்டு அவித்து எடுத்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

50. சூரத் நிலாவரை

குச்சிகளை அகற்றி இலைகளை கிழிகட்டி பசும்பாலில் அரை மணி நேரம் வேக வைத்தெடுக்கவும்.

51. சீந்திற்கொடி

கொடிமேல் இருக்கும் சிறு பட்டையை சீவி எறிந்து விடவும்.

52. குமரி (சோற்றுக் கற்றாழை)

தோலை அகற்றி அதன் உள்ளிருக்கும் சோற்றை எடுத்து பாத்திரத்திலிட்டு வேண்டிய அளவு தண்ணீர் விட்டு நன்றாய் அலம்பி நீரை வடிக்கவும். இவ்விதம் 10 முறை தண்ணீர் விட்டுக் கழுவி நீரை சாய்க்க குழ குழப்பு அடங்கிவிடும். பிறகு எடுத்து ஒரு சல்லாத் துணியில் முடிந்து கயிற்றில் தொங்கவிட்டு ஓரிரவு கழித்தெடுக்க சுத்தி.

53. வெற்றிலை

காம்பு, நரம்புகளை அகற்றவும்.

54. அதி விடையம்

மேல் தோல் நீக்கி சிறு துண்டுகளாக்கி ரவியில் உலர்த்தவும்.

55. வெந்தயம்

நீராகாரத் தெளிவில் அரை நாழிகை ஊற வைத்து உலர்த்தவும்.

56. குரோசாணி ஓமம்

காம்பு, குச்சிகள் முதலிய போக்கி, தேய்த்து புடைத்து மண் போக்கி உலர்த்தவும்.

57. மரமஞ்சள்

மேல் தோல் நீக்கி துண்டுகளாக்கி உலர்த்தவும்.

58. கருஞ்சீரகம்

சுண்ணநீரில் ஒரு மணி நேரம் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

59. கார்போகரிசி

திருநீற்றுப் பச்சிலைச் சாற்றில் பிசறி உலர்த்தவும்.

60. பூலாக்கிழங்கு

மேல் தோல் சீவி வெய்யிலில் உலர்த்தவும்.

1. கஸ்தூரி மஞ்சள்

மேல் தோல் சீவி வெய்யலில் உலர்த்தவும்.

62. வேம்பாடம் பட்டை

ஆய்ந்து காயவைத்து தூள் செய்யவும்.

63. நெல்லி வற்றல்

பசும்பாலில் வேக வைத்து கொட்டை நீக்கி உலர்த்தவும்.

64. அதிமதுரம்

தண்ணீரில் அலம்பி மேல் தோல் நீக்கி சிறு துண்டுகளாக்கி வெய்யிலில் உலர்த்தவும்.

65. கழற்சிக்காய்

மேலோடு நீக்கி உள்ளிருக்கும் பருப்பெடுத்து வெந்நீரில் அலம்பி எடுக்கவும்.

66. மாசக்காய்

பசுவின் நெய்யில் பொரித்துக்கொள்ளவும். பொரிக்கும்போது மாசக்காய் வெடிக்கும் பக்குவத்தில் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

67. புகையிலை

அகத்திக்கீரையின் மத்தியில் வைத்து ஜலம் விட்டு சிறிது எரித்து எடுத்து உலர்த்தவும்.

68. முடிதாரம்

பனையின் கள்ளில் கிழிகட்டி 3 மணி நேரம் எரித்தெடுக்கவும்.

69. சாத்திரபேதி

நாரத்தங்காய்ச் சாற்றில் 3 நாள் ஊறவைத்தெடுத்துக் கழுவி உலர்த்தவும்.

70. மிருதார்சிங்கி

1. சங்கக்குப்பி சாற்றில் 3 நாட்கள் ஊறவைத்தெடுத்துக் கழுவி உலர்த்தவும்.

(அல்லது)

2. ஆட்டமூரியிலிட்டு ஒரு மணி நேரம் எரித்தெடுக்கவும். (அல்லது)

3. ஆவின் அமுரியிலிட்டு ஒரு மணி நேரம் எரித்தெடுக்கவும்.

71. எஃகு

1. ஆட்டமூரி, கோமூத்திரம் இவ்விரண்டையும் சம அளவு கலக்கி வைத்துக்கொண்டு, அதில் எஃகு கம்பிகளை பழுக்கக் காய்ச்சி தோய்த்து எடுத்துத் துடைக்க தூள் விழும். இப்படி பலமுறை செய்ய சுத்தமான எஃகுத் தூள் கிடைக்கும்.

2. புரசம்பட்டை சாம்பலைக் கரைத்த நீரில் எஃகுக் கம்பிகளைப் பழுக்கக் காய்ச்சித் தோய்க்க வெட்டையாகும். அவ்விதம் வெட்டையான எஃகுப் பொடியை புடமில்லாமல் காயசித்தி மூலிகைகளின் ரசத்தையும் தேனையும் விட்டு அரைத்து மெழுகு செய்துக்கொள்ள சிறந்த பற்பமாகும்.

72. நாகம்

1. ஆட்டமூரியில் கற்சுண்ணம் சேர்த்து அதில் பழச்சாறு விட்டு வடித்து அந்த நீரை பத்து பாகங்களாக்கி நாகத்தை நெய் கொஞ்சம் விட்டு உருக்கி பத்து முறை புதுப்புது நீரில் சாய்க்கவும்.

2. இலுப்பை நெய்யில் அரைப்பலம் சாரம் பொடித்திட்டு நாகம் பத்துமுறை உருக்கி சாய்க்கவும்.

73. காந்தம்

1. காந்தத்தை உலையில் காய்ச்சி, கோமூத்திரத்தில் 10 முறை தோய்த்தெடுக்கவும்.

2. சாணை ரசத்தில் ஏழுமுறை காய்ச்சி எடுத்து, பின் மோரில் காய்ச்சி, கழுவி எடுத்து ரவியில் உலர்த்தி எடுக்கவும்.

74. கருவங்கம்

1. வெள்ளாட்டமுரியில் பிரண்டையை அரைத்துக் கலக்கி அடி வண்டலை அகற்றி மண் பாத்திரத்திலிடவும். பிறகு இரும்புக் கரண்டியில் கொஞ்சம் நல்லெண்ணெய் விட்டு அதில் லவங்கமிட்டு உருக்கி ஏழு முறைகள் சாய்க்கவும்.

2. இலுப்பெண்ணெயில் கொஞ்சம் வெடியுப்பு பொடி செய்து சேர்த்து எண்ணெயில் பத்துமுறை சாய்க்கவும்.

75. பொன் நிமிளை

ஆறு மாத காடியில் 3 நாட்கள் ஊறப்போட மகத்தான சுத்தி.

76. இரும்பு (அயம்) (உலோகம்)

இரும்புப் பொடியை பழச்சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊற வைத்தெடுத்து கழுவத்திவிட்டு தண்ணீர்விட்டரைத்து அலம்பி எடுத்துக்கொள்ளவும். பிறகு கடுக்காய்க் கியாழத்தில் ஒரு வாரம் ஊறவைத்தெடுத்து, தண்ணீர் விட்டலம்பி எடுக்கவும். (கடல் ஓரம் காந்தத்தினுல் எடுக்கும் அயத்தூள் விசேடமானது. இரண்டாவதாக—தேனிரும்பு ராவடம் மேலானது.)

77. தங்கம்

செம்மண் கவசம் செய்து பழுக்கக் காய்ச்சி எடுக்கவும்.

78. வெள்ளி

1. வெள்ளி ராவடத்தை காட்டாமணிக்கன் பாலில் ஒரு நாள் ஊறவைக்கவும்.

2. வெள்ளியை மெல்லிய தகடாய் தட்டிக் கொண்டு காட்டுப் பாகல் கிழங்கின் சாற்றில் 7 தடவை உருக்கி சாய்க்க சுத்தியாகும்.

79. தாம்பிரம்

1. செந்தாமரை இலையை இடித்துப் பிழிந்த சாற்றில் நல்ல தாம்பிரத் தகடைக் காய்ச்சிக் காய்ச்சிக் காய்ச்சி 10, 20 முறை தோய்க்க வெட்டையாகும்.

2. எருகலம்பால், பழச்சார் சமன் சேர்த்துக் கொள்ளவும். தாம்பிரத்தை உருக்கிச் சாய்க்கவும்.

(மச்சமுனி)

80. காடிகாரம்

ஆரஞ்சுப்பழச்சாற்றில் ½ மணிநேரம் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

81. அன்னபேதி

பழச்சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்து உலர்த்திக்கொள்ளவும்.

82. அஞ்சனக்கல்லென்னும் சுர்மா

1. வேப்பமரத்தில் பொந்தலிட்டு அதில் சுர்மாவை 40 நாட்கள் வைத்தெடுக்க விசேடமான சுத்தி.

அதை கலுவத்தில் 12 மணிநேரம் சன்னமாயரைத்து கண்ணில் அஞ்சனமிட நன்மை.

2. புளியாரைச் சாற்றில் ஒருநாள் ஊறப் போடவும்.

83. வெள்ளியம்

உருக்கி உருக்கி ஆட்டா மூரியில் ஏழுமுறை சாய்க்கவும்.

84. சீனக்காரம்

1. ஆட்டுப்பாலில் ஒருநாள் ஊறவைத்தெடுக்க அதிக சுத்தி.

2. பொரித்தெடுக்கவும்.

3. கோநீரில் ஒரு மணி நேரம் ஊற சுத்தி.

4. பசும்பாலில் ஒரு நாள் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

85. பொரிக்காரம்

எருமைச் சாணத்தை நீரில் கரைத்து வடிகட்டி கொதிப்பிக்கவும். கொதிவந்ததும் பொரிக்காரத்தை கிழியில் கட்டி அந்த கொதிநீரில் முக்கி எடுத்து அலம்பி உலர்த்திக்கொள்ளவும்.

86. வெடியுப்பு (இனங்கள்)

1. கடல் நீரில் கரைத்து செப்புப்பாத்திரத்திலிட்டு கொதிப்பித்து மோர் கொஞ்சம் விட்டு காய்ச்சி குழம்புப் பருவம் வரும் சமயம் எடுத்து நெருக்கமான இழைகள் கொண்ட ஒரு துணியை 16 மடிப்புகளாக்கி அதில் வடி கொதிப்பித்த நீரை வடித்து எடுத்து ரவியில் வைத்தெடுக்க பளிங்கு போன்ற வெடியுப்பாகும்.

2. வாழைக்கிழங்கு நீரில் கரைத்து காய்ச்சி வடித்து உலர்த்தவும்.

3. நீற்றிய சுண்ணும்பு கீழும் மேலுமிட்டு எறித்தெடுக்க பளிங்கு போலாகும்.

87. உப்பு வகைகள்

உப்புகளை நீரில் கரைத்து வடித்து நீர்வற்ற காய்ச்சி எடுக்கவும்.

88. சாரம்

பசுங் கோமியத்தில் கரைத்து வடித்து நீர் சுண்ட காய்ச்சி எடுக்கவும்.

89. வெங்காரம்

எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் ஒருநாள் ஊறவைத்து உலர்த்தவும். இவ்விதம் மூன்றுமுறை செய்து உலர்த்தவும்.

90. கல்லுப்பு

காடி நீரில் பிசரி ஈரம் போக துடைத்து உலர்த்தவும்.

91. சலாசத்து

1. பழச்சாற்றில் ஒருமணி நேரம் எரித்தெடுத்து அலம்பி உலர்த்தி எடுத்து எருக்கம் பாலில் இரண்டு நாட்கள் ஊறவைத்து கழுவி உலர்த்தி எடுக்கவும்.

2. பொன்னுங்காணிச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்தெடுத்து நீரில் அலம்பி உலர்த்தவும்.

3. பசும்பாலில் டோளயந்திரமாய் ½ மணி நேரம் எரித்தெடுக்கவும்.

92. கல்நார்

1. கமுகைநீரில் மூன்றுமணிநேரம் எரித்தெடுக்கவும்.

(அ)

2. பசும்பாலிலிட்டு 1 மணி நேரம் டோளயந்திர முறைப்படி எரித்து எடுக்கவும்.

(அ)

3. முள்ளங்கிக் கிழங்குச் சாற்றில் இரண்டு நாட்கள் ஊறவைத்து எடுக்கவும்.

(அ)

4. பசுங்கோமியத்தில் பத்து நாட்கள் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

93. கலைமான் கொம்பு

சன்னமாய் பாக்குச் சீவலைப்போல் சீவி அதை குப்பைமேனிச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்தெடுக்கவும்.

கோவையிலைச் சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊற வைக்கவும்.

94. ஆமையோடு

95. முத்துச்சிப்பி

96. பலகரை

இம் மூன்றுக்கும் சுத்தி ஒரேவிதமானது. குளத்து ஆமையோடு உயர்ந்தது. உவர்மண், கற்சுண்ணாம்பு இரண்டையும் நீரில் கரைத்து அதில் எது வேண்டுமோ அதை யிட்டு 3 மணி நேரம் எரித்து நன்றாக சுத்தப் படுத்தி எடுக்கவும்.

97. பூநாகம்

செம்மண்ணில் எடுத்த பூநாகம் நீரில் அலம்பி பசும் பாலில் போட்டு மூன்று மணிநேரம் கழித்தெடுக்க மண்ணெல்லாம் கக்கியிருக்கும், எடுத்து நன்றாய் பத்து முறைகள் தண்ணீரில் அலம்பி எடுத்து உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும்.

98. மயிலிறகு

அதிலிருக்கும் நரம்புகளைப் போக்கி உள்ளிருக்கும் வெண்மையான சோற்றை எடுக்கவும்.

99. கடல்நுரை

கற்சுண்ண நீரில் எரித்தெடுக்கவும்.

100. சங்கு

சிறு துண்டுகளாக்கி பசும்பாலில் வேகவைத்து எடுக்க சுத்தி.

101. முட்டை ஓடு

பூநீறு (அ) washing sodaவின் சலம் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டிய நீரில் போட்டு ஒருமணி நேரம் எடுத்து அலம்பி உள்ளிருக்கும் சவ்வை நீக்கி எடுக்கவும்.

102. பவழப்புற்று

ஆவின் பால் அல்லது ஆவின் தயிரில் ஒரு சாமம் கொதிப்பித்து எடுக்கவும்.

103. குதிரைப்பல் பாஷாணம்

உமிழ்நீரில் ஒரு கடிகை ஊறப்போடவும்.

104. அப்பிரகம்

1. பழுக்கக்காய்ச்சி, பாலில் தோய்த்து எடுக்க இதழ் இதழ்களாகப் பிரியும். இவற்றைச் சிறுகீரைச் சாற்றில் 8 சாமம் ஊறப்போட்டு பிசைந்து எடுக்கவும்.

105. கல்மதம்

1. ஆட்டமூரி அல்லது பசுவின் அமுமுரியில் இட்டு ஒருமணி நேரம் எடுத்தெடுத்து கழுவி உலர்த்தவும்.
2. சிறுநீரில் ஒரு சாமம் ஊற வைத்தெடுக்கவும்.

106. கெருட பச்சை

குமரிச்சாற்றில் 1 மணி நேரம் காய்ச்சி எடுக்கவும்.

107. வயிரம்

பிரண்டைச்சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊறவைத்தெடுத்து அலம்பி ரவியில் உலர்த்தவும்.

108. மரகதம்

நாகப்பூ மரத்தின் வேரை அரைத்து உருண்டை செய்து அதன் நடுவில் மரகதத்தை வைத்து நன்றாக மூடி மேலும் சிலைமண் செய்து குக்குடபுடத்தில் வைத்தெரிவிக்கவும்.

109. நீலம்

கழுதையின் மூத்திரத்தில் ஒருநாள் ஊறவைத்து எடுத்து கழுவி உலர்த்தவும்.

110. புஷ்பராகம்

வெள்ளாட்டு மூத்திரத்தில் ஒருநாள் ஊறவைத்து எடுத்து கழுவி உலர்த்தவும்.

111. வைடூரியம்

குதிரையின் மூத்திரத்தில் ஒருநாள் ஊறவைத்து அலம்பி உலர்த்தவும்.

112. கோமேதகம்

வைடூரியத்திற்குக் கூறியுள்ளபடி.

113. மாணிக்கம்

குதிரையின் மூத்திரத்தில் மூன்றுநாள் ஊறவைத்தெடுத்து 4ம் நாள் காயவைத்து பிறகு சலத்தில் கழுவி எடுக்கவும்.

நவலோக பற்ப செந்தூர முறைகள்

1. தங்கபற்பம்

தங்கசுத்தி

நெருப்பில் காய்ச்சி, நல்லெண்ணெய், மோர், கோமூத்திரம் இவைகளில் தோய்த்து எடுக்கவும்.

பற்பமுறை

தங்கம் கட்டியாயிருப்பின் அதை ராவி பொடி செய்து கொள்ளவும். ரேக்காயிருப்பின் அப்படியே உபயோகிக்கலாம்.

தங்கம்	கிராம்	50
கெந்தி	”	25
ரசம்	”	15
புத்தாஞ்சோறு	”	100

செய்முறை

முதலில் தங்கத்தையும் ரசத்தையும் சேர்த்து அரைக்கவும். நன்றாக சேர்ந்து ஐக்கியமான பிறகு கெந்தியை சேர்த்து அரைக்கவும். பிறகு புத்தாஞ் சோற்றையும் சேர்த்து அரைக்கவும். எல்லாம் பொடியான பின் எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டு மெழுகு திரள அரைத்து எடுத்து லேசான அரைரூபா அகலம் கனமுள்ள வில்லைகளாகச் செய்து ரவியில் நன்றாகக் காய்ந்த பின் எடுத்து தகுந்த மண் அகலில் பரப்பி மண் அகல் மூடி ஐந்துமண் சிலைகள் செய்து உலர்த்தி 100, 200 விறட்டிகளில் புடமிடவும்.

லேசான செந்தூர வர்ணமோ, பற்பமாகவோ இருக்கும். இதை அப்படியே உபயோகிக்கலாம். அரிசியிடை காலை மாலை கொடுக்கவும்.

ஆயினும் இந்த பற்பத்தை மற்ளொரு புடமிடுவது தான் உத்தமம்.

2-வது புடம்

பற்ப எடைக்கு இரண்டு பங்கு பவழப்புற்று சேர்த்து பழச்சாறு விட்டரைத்து முன்போல் உலர்த்தி புடமிடவும்.

இது உயர்ந்த முறை நான் செய்து அனுபவித்தது.

தங்கபற்பத்திற்கு அனுபானம்

கரிசலாங்கண்ணி சாற்றில்—புணர்ச்சியில் அதிக வலிவு.

பாலில்—நரம்பு பலக்கும்.

பாதாம் லேகியத்தில்—நரம்பு பலக்கும்.

மற்றும் மருத்துவன் யுக்திபோல் அனுபானங்களை கூட்டி கொடுக்கவும்.

தங்கபற்பத்தின் குணம்

காந்தியையும், காமோ தீபனத்தையும், உண்டாக்கும். வாதம், பித்தம், பிரமேகம், காசம், சுவாசம், க்ஷயம், கிராணி, அதிசாரம் சுரம் குட்டம் ஆகிய ரோகங்களை நீக்கும். இளமையை நிறுத்தும். சுக்கிலத்தை விருத்தி செய்யும்.

அபக்குவ பற்பத்தினுல் விளையும் கேடு

மரணம், வீரியநாசம், ரோகவிருத்தி

மற்ளொரு முறை

ராவிய தங்கப்பொடி	கிராம்	100
(அ) தங்கரேக்கு		
ரசம்	”	50

இரண்டையும் உப்பிலாங்கொடி சாற்றினுலரைத்து வில்லை தட்டி 50 விறட்டியில் புடம் எடுத்து மறு முறை ரசம் சேர்க்காமல் உப்பிலாங்கொடி சாற்றை விட்டு அரைத்து ஒரு புடம். அதேபோல் மூன்றாவது புடம். தங்க நிற முள்ள செந்தூரம். இதுவும் ஓர் நல்ல முறை. செய்து அனுபவித்தது.

மற்ளொரு முறை

ஒரு தோலா தங்கத்தை லேசான தகடு தட்டி ஒரு தோலா வீரத்தை கரிசலாங்கண்ணி சாற்ருலரைத்து அந்த கல்கத்தை தகட்டிற்கு தடவி அகலில் வைத்து சீலை செய்து கஜபுடமிட சுத்தமான பற்பமாகும்.

2. வெள்ளி பற்பம்

பற்பங்களுக்கு எடுக்கக் கூடிய வெள்ளி மிருதுவாக வும் வெண்மையாகவும் இருக்கவேண்டும்.

வெள்ளியை உருக்கி அதற்கு கால் இடை ரசத்தை தொந்திக்கவும், வெட்டையாகும். வெள்ளியின் எடைக்கு அரை பாகம் சுத்தி கெந்தியையும் எல்லா சரக்குகளுக்கு மொத்த எடை புத்தாஞ்சோறும் சேர்த்துக் கொண்டு, பழ ரசத்தால் மெழுகு திரள வரைந்து சிறிய லேசான வில்லைகளாக செய்து மண் அகலில் பரப்பி மேல் அகல் மூடி ஏழு சீலை செய்து 100 விறட்டியில் புடமிட பற்பம்.

பற்பம் ஒருவேளை வெளுக்காவிடில் அதனுடன் பவழம் சம எடை சேர்த்து பழச்சாற்றுலரைத்து 50 எருவில் ஒரு புடம். நன்றாக நீறிவிடும்.

(இது செய்தது)

மற்றொரு முறை

வெள்ளி சரிகை (அ) இராவிய சுத்தமான வெள்ளிப் பொடி கிராம் 50.

சுத்தித்த கடல்நுரை (ராமேசுவரம் கல்) கிராம் 50.

இரண்டையும் சேர்த்து வெண்கரு விட்டரைத்து உலர்த்தி பொடி செய்து ஒரு சிமைகுகை (மூசை)யில் அடைத்து வலுவாய் சீலை மண் செய்து ஊதவும். ஒரு மணி நேரம் ஊதவும்.

காரமான சுண்ணமாயிருக்கும்.

அளவு: அரிசியிடைக்கு மேல் தரக்கூடாது.

அனு: நெய், வெண்ணை, வியாதிக்குத் தகுந்த லேகியங்களில்,

இந்த பற்பங்கள் க்ஷயம், ஆஸ்துமா என்னும் சுவாசகாசம், மந்தாரகாசம் முதலிய வியாதிகளை நிவர்த்திக்கும். பசி தீபனத்தையுண்டாக்கும். காமத்தை விருத்தி செய்யும்.

(இது செய்தது)

மற்றொரு முறை

சுத்தி செய்த வெள்ளி ரேக்குகளுக்கு நான்கு பாகம் அதிகமாக சுத்தி செய்த தாளகத்தை பழச்சாற்றால் அரைத்து ரேக்குகள்மீது தடவி உலரவைத்து அகலில் அடக்கி மேல் அகல் மூடி சீலை மண் செய்து 100 விறட்டியில் புடம்.

சுத்தமான வெள்ளி பற்பமாகும்.

இந்த பற்பம் மேற்சொன்ன வியாதிகளை குணப்படுத்தும்.

கவனிக்கவும்

அபக்குவமான வெள்ளி பற்பத்தை சாப்பிட்டால் சுக்கிலநாசம், ஆயாசம் முதலிய கோரமான வியாதிகளை உண்டு பண்ணும்.

3. தாம்பர பற்பம்

சுத்தி

தாம்பரத்தூள்	1	ரசம்	¼
கெந்தி	½	புத்தாஞ்சோறு	2

பழச்சாறு விட்டு மெழுகுதிரள அரைத்து வில்லைகள் மெல்லியதாகத் தட்டி காயவைத்து மண் அகலில் பரப்பி மண் அகல் மூடி ஏழுசீலை மண் செய்து உலர்த்தி நூறு விரட்டியில் புடம்.

பற்பமாகும். இதில் குற்றம் கிடையாது. செய்து பார்த்தது. வர்ணம் சரியில்லையெனில் மற்றும் புத்தாஞ் சோறு இரண்டு பங்கு சேர்த்து பழச்சாறு விட்டரைத்து மற்றொரு புடம்.

அளவு:—அரிசியிடை.

அனு:—தேன், வெண்ணெய், நெய், லேகியங்கள் திப்பிலி சூர்ணம் தேன் கலந்து கொடுக்க உத்தமம்.

பத்தியம்:—புளி அறவே கூடாது. முக்கியமாய் கவனிக்கவும்.

(செய்தது. கண்டமாலைக்கு கொடுத்து குணம் கண்டது.)

மற்றொரு முறை 10

தாம்பரத்தகடு—50 கிராமம் எடுத்து பழுக்க காய்ச்சி எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் மூன்று முறை முக்கவும். பழச்சாறு தனித்தனியாயிருக்க வேண்டும். ஒரு முறை முக்கியதில் மறுமுறை முக்கக்கூடாது. பிறகு மறுமுறை காய்ச்சி எருக்கலம் பாலில் 3 முறை முக்க வேண்டும்.

பிறகு கெந்தகம் 25 கிராமெடுத்து கோழி முட்டை வெண்கருவிட்டு மெழுகு போலரைத்து ஒரு மண் அகலில் பாதி கல்கம் கீழே வைத்து தாம்பரத்தகடு வைத்து மேலே மற்ற பாதி கல்கத்தை வைத்து தகடு மூடும்படி செய்து உடனே சீலை மண் ஏழு செய்து உலர்த்தி ஐம்பது அறுபது எருவில் புடமிடவும். தாம்பரம் களிம்பற்று வெட்டையாகிவிடும்.

அதை எடுத்து 5 கிராம் வீரம். 5 கிராம் சூடனுடன் டி தாம்பர வெட்டையைச் சேர்த்து பழச்சாறு

விட்டரைத்து உலர்த்தி முன்போல் 20 விறட்டியில் புடமிட்டு எடுத்துக்கொள்ளவும். பற்பம் தயார்.

பற்பம் வெண்மையாயிருக்காது. (செய்தது)

(அளவு அனுபானம் மேற்சொன்னபடி)

தீரும் வியாதிகள்

காசம், சுவாசம், கபம், வாதரோகம், பீனசம், குட்டம், சூலைகள், நவமூலம், குன்மம் முதலிய அசாத்திய வியாதிகள்.

4. நாகசெந்தூரம்

சுத்தி

சிறுகண் நாகத்தை உருக்கி இலுப்பெண்ணெ (அ) வேப்பெண்ணெயில் 21 முறை சாய்க்கவும். வெள்ளியைப் போல் இருக்கும்.

செய்முறை

மேற்படி நாகத்தின் எடைக்கு ஆறு பங்கு மிளகுத் தூள் எடுத்துக்கொள்ளவும். நாகத்தை ஒரு அகலமான இரும்புக் கடாயிலிட்டு உருக்கி டி தூளை கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் தூவிக்கொண்டே இரும்பு கட்டப்பாரை யால் மத்தித்துக்கொண்டே இருக்கவும். மிளகு பொடி முடிவதற்குள் குங்குமம் போன்ற செந்தூரமாகும்.

நன்றாக ஆறவிட்டு எடுத்து சீலையில் வடித்து புட்டியிலடைக்கவும்.

மற்றொரு முறை

குழந்தைகள் ஈரல் கட்டிக்கு:—

சு. நாகத்தை உருக்கி கொடிக்கள்ளிக் கட்டையால் தேய்த்துக்கொண்டிருக்க பற்பமாகும். பற்பமாகும் வரையில் தேய்க்கவும்.

பிறகு எடுத்து துணியில் வடிகட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

மற்ெருரு முறை

சுத்தி செய்த நாகத்தை உருக்கி அதன் எடைக்கு கால்பங்கு அபினி சேர்த்து எலுமிச்சங் கொம்பினுல் ஆட்டிக்கொண்டு இருக்க வெண்ணிறமான பற்பமாகும். தீ தீபாக்னியாயிருத்தல் வேண்டும்.

இந்த பற்பம் வீரிய விருத்தியை உண்டுபண்ணும் பாதம் பருப்பு, கசகசா, ரத்னபுஷ், முதலிய சரக்கு களினுல் செய்த லேகியத்தில் அனுபானித்துக் கொடுக்கவும்.

(ஷ முறைகளெல்லாம் செய்தது)

தீரும் வியாதிகள்

வாதம், க்ஷயம், குன்மம், பாண்டு, சூலை, அக்கினி மாந்தம், காசம், சுக்கிலதோஷம், நவமூலம், கிருணி, அபமிருத்யு. ஆயுர்விருத்தியை உண்டுபண்ணும்.

அளவு :—அரிசியிடை, குன்றியளவு.

அனுபானம் :—தகுந்த லேகியங்களில், தேனில் வெண்ணையில், சர்க்கரையில், நெய்யில்.

5. வங்கபற்பம்

சுத்தி செய்த வெள்வங்கத்தை உருக்கி அதற்கு சமம் திரிபலா சூர்ணம் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து வேப்பங் கொம்பினுல் கடைந்துவர பற்பமாகும்.

மற்ெருரு முறை

சு. வெள்வங்கம்	கிராம்	50
ரசம்	"	10
நற்பவழம் (அ) கொடிபவழம்	கிராம்	50

வங்கத்தை உருக்கி ரசத்தை தொந்திக்கவும் வெட்டையாகும். எடுத்து பவழத்தை கூட்டி பழச் சாற்றாலரைந்து மெழுகு பதமான பிறகு வில்லைகள் மெல்லியதாய் தட்டி உலர்த்தி மண் அகலில் பரப்பி மேல் அகல் மூடி ஏழு சீலை மண் செய்து நூறு விறட்டியில் புடம். நன்றாக ஆறிய பிறகு எடுக்கவும்.

நல்ல பற்பமாகும். (நல்லமுறை—செய்தது)

இந்த பற்பம், மூலம், வெள்ளை, பெரும்பாடு குன்மம் முதலியனவிற்கு மேலானது.

மற்ெருரு முறை

சு. வங்கத்தை உருக்கி சமஎடை ஊதி எடுத்த சங்கு பற்பத்தை கிராசம் கொடுந்து வறுக்க பற்பமாம் சீலையில் வடித்து எடுக்கவும்.

இந்த பற்பம் ஒரு பணவிடை, மிளகு பொடி ஒரு குன்றியிடை சேர்த்து பசு நெய்யில் கொடுக்க காமாலை நோய் ஒரு வாரத்தில் பூரண குணமாகும்.

அனுபவித்தது.

வங்கபற்ப அனுபானம்

தேனில்	வீரியவிருத்தி
கஸ்தூரியில் அல்லது வெற்றிலையில்	தம்பனம்

திப்பிலி சூரணம்	அக்கினி மாந்தத்திற்கு
நெல்லிவற்றல் சூரணம்	அசிரணத்திற்கு
சர்க்கரையில்	பித்தத்திற்கு
அமுக்கிரா சூர்ணம்	வாதங்களுக்கு
சாதிக்காய், சாதிபத்திரி சூர்ணம்	தாது தோஷத்திற்கு

6. அயச்செந்தூரம்

சுத்தி

அயப்பொடியை ஒரு மாதம் தேங்கா எண்ணெயில் ஊறவைத்து எடுத்து சீக்காய்விட்டு அலம்பி எடுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு பழச்சாற்றில் மூன்று நாட்கள் ஊற வைத்து அலம்பி எடுக்கவும். கடுக்காய் கியாழத்தில் மூன்று மணியளவு கொதிப்பித்து எடுக்கவும்.

செய்முறை

அயப்பொடி	கிராம்	100
கெந்தி	,,	50
ரசம்	,,	25

கருவேலன் பிஞ்சு காய்களை இடித்து சாறுபிழிந்து அந்த சாற்றினால் ரசம் கெந்தி சேர்த்து முதலிலரைத்து பிறகு அயம் சேர்த்து மெழுகு திரளவரைத்து அரை ரூபா யளவு வில்லைகள் கொஞ்சம் கனமாகத் தட்டி அலர உலரவைத்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.

பிறகு தரையில் காற்றில்லா இடத்தில் 20 விறட்டி களை நன்ருகப் பரப்பி அந்த விறட்டிகளின் மேலே மேற்படி அயவில்லைகளை பரப்பி மேலும் 10 விறட்டிகள் மூடி வைக்கோல் நிறைய அதன்மேல் போட்டு மூடி நெருப்பு வைக்கவும். சுற்றிலும் நெருப்பு பிடிக்கும்படி செய்யவும்.

நன்ருய் புடமாறிய பின் சாக்கிரதையுடன் மேற் சாம்பலை நீக்கிப் பார்க்க வில்லைகள் செந்தூரித்து இருக்கும்.

இடைபோகாது. எடுத்து அரைத்து புட்டியிலடைக்க வும். இது ஓர் உயர்ந்த செந்தூரம். சுருக்காக வேலை செய்யும்.

மற்ருெரு முறை

சு. அயப்பொடி	200 கிராம்
துருசு பொடி	20 கிராம்

அயப்பொடியை ஒரு ஜாடியில் போட்டு துருசு பொடியும் அதிலிட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாறு கொட்டை நீக்கி அதிலிடவும். பழச்சாறு பட்டவுடன் சூடேறும்.

பிறகு அதை ஜாடியிலே வைத்து ஒரு குச்சியால் கிளரி விட்டு வரவும். இப்படி ஒரு மாதம் அல்லது நாற்பது நாட்கள் செய்து வர அயமும் துருசும் கரைந்துவிடும்.

பிறகு அதை அகன்ற பீங்கான் பாத்திரத்திலிட்டு ரவியில் மெழுகு பதமாகும் வரையில் காயவைக்கவும். பிறகு ஒரு சட்டியில் சோற்றுக் கற்றாழை (குமரி) சோறெடுக்கவும். இரண்டு படி பிடிக்கும் ஒரு மண் சட்டியில் மேற்படி சோற்றை பாதியிட்டு அதன்மேல் அயமெழுகையிட்டு மேலும் மற்ற பாதி சோற்றை வைத்து சீலை செய்து சீலை உலரும் அளவுக்கு உலர்த்தி இருநூறு விறட்டியில் புடமிடவும். நன்ருக ஆறியபின் எடுக்க துல்யமான செந்தூரமாகும். இதுவும் ஓர் உயர்ந்த முறை. செய்தது. அனுபவித்தது. ஒருவேளை செந்தூரம் அரைக்கும்போது நர நரப்புத் தட்டினால் துணியில் வடித்து வைத்துகொள்ளவும்.

அளவு :—குன்றியிடை.

அனுபானம்:

அத்திவிதை ஆலம் விதை அரசம் விதை	சூரணத்தில் தேனும் சேர்த்து சாப்பிட நரும்புகள் முறுக்கேறும்; ரத்த விர்த்தியாகும். ஆயுள் விருத்தியாகும்.
சாதிக்காய் சாபத்திரி சன்னலவுங்கப் பட்டை கிராம்பு ஏலம்	சூரணத்தில் தேனுடன் சாப்பிட அசிரணங்கள், நரம்பு தளர்ச்சி, சுக்கில பேதம் முதலியவை குணமாகும்.

"இளைத்தவன் இரும்பைத் தின்னவேண்டும்" என்பதை ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளவும். இன்னும் காமாலை, சோகை முதலிய பல ரோகங்கள் குணமாகுமென்பதை மருத்துவர்கள் அறியாமலிருக்க முடியாது. ரத்த விருத்திக்கு வேறு எந்த லோகமும் வேலை செய்யாதென்பதும் அறிந்த விஷயம்.

7. காரீய பற்பம்

காரீயத்தை உருக்கி இலுப்பெண்ணெயில் 21 முறை சாய்க்கவும்.

சு. காரீயம்	கிராமம்	100
சு. ரசம்	"	25
கெந்தி	"	60
புத்தாஞ்சோறு	"	200

முதல் இரண்டையும் தொந்திக்கவும். பிறகு கந்தி சேர்த்து புத்தாஞ்சோறு 200 கிராம் சேர்த்து பழச்சாறு விட்டு மெழுகுதிரை வரைத்து மேற்சொன்ன பற்ப முறைகளைப்போல் வில்லை செய்து புடம்போட பற்பம். குற்றம் இருக்காது. இதனுடன் அண்டபற்பம் 25 கிராம் சேர்த்தரைத்து புடமிடுவது இன்னும் மேலானது.

அளவு :— அரிசி, குன்றி.

அனுபானமறிந்து கொடுக்க சரும வியாதிகள் குணமாகும்.

8. பித்தளை

சுத்தி செய்த பித்தளைத்தூள்	கிராம்	100
ரசம்	"	25
கெந்தி	"	50
புத்தாஞ்சோறு	"	200

காரீய பற்பத்தைப்போல் செய்யவும்.

9. வெண்கல பற்பம்

வெண்கலமென்பது செம்பு, வெள்ளீயம் சேர்ந்தது.

வெண்கல பற்பமும் கருவங்க முறைப்படி சரக்குகள் அந்தந்த அளவுடன் கூட்டி நீற்ற நன்றாக நீறிப்போகும்.

அளவு :— அரிசி, குன்றியிடை.
பல அசாத்திய வியாதிகளை குணப்படுத்தும்.

நவபாஷாண பற்பம்

இது ஓர் சிறந்த முறை. இந்த முறையினால் நீற்றும் நவபாஷாணம் மகாவாதங்கள், பக்க வாதங்கள், அசாத்திய சன்னிகள் முதலியவைகளை குணப்படுத்தலாம். வாய் பிடிக்காது. 10 நாட்களானாலும் பயமில்லாமல் கொடுக்கலாம். உடலில் சூடு அதிகமாகும் தருவாயில் நிறுத்திக்கொள்ளவேண்டும்.

ஜெயநீர்

கருப்பு கம்பளி	கிலோ	2
வெடியுப்பு	"	2

வெடியுப்பை கம்பளியில் சுருட்டி ஒரு பெரிய இரும்புக் கடாயை வெளுக்கத் தேய்த்து மேற்படி மூட்டையை வைக்கவும். பிறகு கீழே தீ கொடுக்கவும். புகை வெகுவாய் கிளம்பி நெருப்பு பிடித்து மத்தாப்புபோல் எரியும். நான்கு அடி நீளமான ஒரு அயக்குச்சியால் அல்லது கரண்டியால் புரட்டி கொடுக்கவும். எல்லாம் எரிந்து கடுங்கார. சுண்ணமாகும் ஆறியபின் எடுத்து பொடி செய்த சாரம் நூறு கிராம் தூவி கிளரி எடுத்து பீங்கான் பிளேட்டுகளில் பாதியளவுக்கு பரப்பி பனியில் வைக்கவும். செயநீரை எடுத்து கிளாஸ் கார்க்கிட்ட புட்டிகளிலடைக்கவும். இதற்கு ரோம செய நீரென்று பெயர். இந்த செயநீர் மகான்களால் உபயோகித்து வரப்படுகிறது.

மேற்சொன்ன செயநீரில் 6 அவுன்ஸ் அளவுக்கு ஒரு குன்றி வீரம், இரண்டு குன்றி பச்சை கற்பூரம் நுணுக்கிப்போட்டு குலுக்கி வைக்கவும். செயநீர் தயாராகிவிட்டது.

சுத்தி செய்த நவபாஷாணங்களை மேற்படி செயநீர் விட்டரைத்து வில்லைகள் தட்டி காயவைத்து மண் அகலில் பரப்பி மேல் அகல்மூடி சீலமண் ஏழு செய்து இருபது விறட்டியில் புடம். கொஞ்சம் கருமையான பற்பமாகும்.

அனுபானமறிந்து அரிசியிடை, குன்றியளவு வியாதிக்குத் தகுந்தவாறு கொடுக்கவும். புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய் கூடாது. இது முக்கியம்.

மேற்படி ஜெயநீரைக் கொண்டு பலவிதமான பாஷாணங்கள், உபரசங்கள், உப்புகளை நீற்றலாம்.

காரசார உப்புகளின் பெயர்கள்

(சட்டமுனி)

1. நவசாரம்

வாதி, சித்தசூரன், மோகநாதன், வாருதி, வாதராசன், வாதச்சிரோன்மணி, காமசுரன், தீயோன், செயநீர் காரணன், துருசிக்குமேற்குரு, கடுஞ்சாரி கெங்கை, காமினி.

2. சீனக்காரப் பெயர்

சீனி, படிகை, வெண்காரி, ஆணி, பிடிச்சி, வெள்ளச்சி, பாணிகுருச்சி, வெண்பீலி, வெண் சுண்ணத்தி.

3. வெண்காரப் பெயர்

காரி, பொரிகாரி, பேதகமணி, உருக்கினம், மணிகாரம், தூமத்தை, சிற்பரி, சந்தானி, குடோரி.

4. சத்திசாரம்

வளச்சி, சக்கிலிச்சி, வரதச்சி, சூதகண்டச்சி, காந்தாரி, பறைச்சி.

5. எவச்சாரம்

நலச்சி, கருப்பச்சி, திரளச்சி, அவச்சி, சுட்டசாம்பச்சி, புலிச்சி.

6. காசிசாரம்

காசிலவணம், கடுங்குப்பி, பரங்கி, துரைச்சி, வேசிலவணத்தி.

7. ஏகம்பச்சாரம்

ஏகம்பச்சூலி, கடுஞ்சாரி, மாங்தங்கை மந்திரி, வாகம்பச்சாரி, தாதுசந்துருதாமத்தி, மந்திரி.

8. சூடன்

தீபக்கொடிச்சி, கதலிச்சி, ரூபி, தீக்கஞ்சி, சுடர்க் கொடி, கேசரி, ஆலாத்திபூரம்.

9. பச்சை கருப்பூரம்

பூரம், சந்திரன், கதலிப்பூ, ஊரங்கள் நீராக்கி, பார் மகள் சாரி.

10. அமுரியுப்பு

மூலத்தின் சாரம், சடைநீர், நீச்சலம், சலக்கூர்மை, கூரலவணம்.

11. கல்லுப்பு

அறுசுவைக்காதி, முனி மூத்திரம், வாதி, கடலிற் குருவி, வாதச்சமைச்சி.

12. வெடியுப்பு

போட்டிலே, பூநாதம், படைராசன், கம்பி, அணங், கன், தீச்சுடர், பூமிகூர்மை, வேதை வளர்ப்பி.

13. இந்துப்பு

சந்திரனுப்பு, மதிகூர்மை, பனி கூர்மை, ரவியுப்பு, இந்திரசாரம்.

14. விளையலுப்பு

குப்பிலவணம், மணற்கூர்மை, பலகையுருப்பட்ட தெல்லுப்பு, கண்டகி, கைப்பாயி.

15. சவுட்டுப்பு

ஊமச்சாரம், அவுட்டுரு கூர்மை, சவுட்டுகலந்த நீர், காய்ச்சுப்பு, மேனி.

16. கந்தக லவணம்

நாரி, சித்திரி, நாக்கிழைகி.

17. பிடா லவணம்

சந்தான கூர்மை, சங்கிநீர்க் கூர்மை, சாரணை மந்திரி, மந்தாரகாந்தி, லோகபற்பி.

18. சிந்து லவணம்

பனிக்கூர்மை, சீனக்கூர்மை, சிந்துச்சாரம்.

19. காசிச்சாரம்

கார்மேகம், அந்தகன்.

20. பொன்னம்பர்

பட்சியினெச்சம், பறவையின்பச்சரம், மலக்கன், சூதராசன், மச்சன்.

21. மீனம்பர்

மீன்மலம், வயிரம், தேன்மலம், ஊன்மலம்.

22. அக்கினிகை

கனல், தீப்கட்டி, வாருதிநஞ்சு, கடல் நீ, நீடச சலம், வன்னி.

23. வழலையின் பெயர்

ஆகும் வழலையாதி பிறப்புகேள்
பாகு நல்லூஷரம் பகுந்தனர் சுன்னநீர்
வாகு கல்லுப்பு மருவிய வெண்ணையும்
போகும் சலத்தொடு பூதமு மைந்தே.

முக்கிய மூலிகைகளின் பெயர்கள்
(சட்டமுனி)

கடுக்காய்

அரிதகி, வனதுர்கி, தாயாள், மலமறுப்பவள், ரவிகுலி, கொடிநோய்க்கு பண்டிதி.

மிளகு

பாதமறுக்கி, சிற்பரி, நித்திரை போக்கி, காதம்பரி, மலத்தை போக்கி, கோபத்தி.

சதுரக்கள்ளி

ஆதிபராக்ஷி, சத்தி, பாலி, புகழ்முள்ளி, முறுக்கி, சதுர்முகவேதி.

கத்தாழை

குமரி, குறத்தி, நாறி, சோதி ராஷசி, மலந் தனிச்சி, மங்கை, தாழை.

வேம்பு

சாகாதமூலி, விஷபசக்ஷணி, நிம்பம், மதுரகசப்பீ.

குன்றி

கருத்த முகச்சி, வெளுப்பீ, மலைக்குருவி, குணக்காரி, நஞ்சிச்சி, கொடிச்சி.

செருப்படை

சிற்றிலைபாதம், தேகச்சோதி, புள்ளடி, சாம்பல் வருணி, முற்றலைகத்தி, கோடைவாசினி.

சிவக்கரந்தை

மூலைச்சி, குணத்தி, சிவன்முடி, கன்னியாள், பரிமளி, தாகமடக்கி, நாறுங்கரந்தை.

பொற்றலை

வல்லீ, செங்கொடிச்சி, பொன்னி, பொற்பூவி, தேவி சிவந்த கரிசாலை.

கையாந்தகரை

திருமால், திரிபுரம் சுட்டோன் புதல்வன், திருமால், கண்ணன்.

குப்பைமேனி

திரிபுர மெரித்தோன், கரியரியுரித்தோன், காலாக் கினியோன், மசக்கி, மார்சால மோகினி, கொரி.

சிவனார்வேம்பு

காலனை வென்றோன், கபால பரணியோன், ஈசன், திரிசூலி, மால்மைத்துனன், கோலம்வேம்பு.

வாலுழுவை

செங்கோலவித்து, சரஸ்வதி, தங்கோலக்கன்னி, சத்தி, வாணி, பாட்டுக்குடையாள்.

தக்கோலம்

உயர்சீவி, கேசி, மோகச்சத்தி, நல்வாகி, அஷ்ட சித்தினி.

கொடிவேலி

வன்னி, தணலத்தி, ஆங்காரசத்தி.

புளியாரை

சடைச்சி, பிலாவாரை, கறபத்தி, தாகமடக்கி, புளிச்சி, தோஷம் நீக்கி.

எருக்கு

பானு, செந்தீ, ரவிவிந்து.

மருகு

காட்டுச்சாரை, மஞ்சி, ஆசைக்குறியான், மலைக் குஞ்சரம்.

தூதுவேளை

முள்ளுக்கொடிக்கி, மூதண்டக்கன்னி, வனத்தி, நயன சஞ்சீவி, கபநாசினி.

சாதிக்காய்

கப்பற்றுறைச்சி, காயலாகிரி, உறச்சி, சிறுகாய்க்கு சத்தி, நல்வாருதி, வோரக்குடிச்சி.

சரக்கொன்றை

சடைமுடி, பொற்சரம், நட்மிடுமீசன், கொடைமுடி.

நிலப்பனை

காணக்குறத்தி, கோலவேர்.

அழிஞ்சில்

அங்கோலம், வித்துண்ணி, சீவினி, தெரிசினி, இந்திர சாலி.

கோவை

மண்ணு முழுங்கி, அண்ணல்வல்லி, அதரம் பழத்தி நாமத்தி, கோட்டுறு கன்னி.

சிறுகீரை

குப்பை குடையாள், கூற்றுவன் தங்கச்சி, அப்பைக் கருக்கி, ஆரோக்கியகாரி, நப்பைக் குடைச்சி, காக் கித்திச்சி.

வெற்றிலை

சாதகலக்ஷ்மி, நாகவல்லி, பல்லழகி, தேவி.

கொருடக்கிழங்கு

கொல்லன் கோவை, சாகாக்கிழங்கு, குடோரி.

சாபத்திரி

பொற்பூ, லாகிரி, அத்திரி, வாணி, காமச்செல்வி.

விழுதி

காட்டுவகத்தி, விஷநாசினி, முதுநரைநாசினி, சித்தி, சிற்பரி.

காட்டாமணக்கு

காட்டுக்கொட்டை, பஞ்சமுக ருத்திரி, கனலி, எலியாலம், உதிரம் சுத்தி.

பொன்னுங்கண்ணி

கண்ணுக்கினியாள், சீதளத்தி, பகல் நட்சத்திரந் தோற்றி, விண்ணுக்கு மூர்த்தி, காயசித்திச்சி.

ஆடுதின்னும்பாளை

காக்கசப்பி, சஞ்சீவி, பாதாள மூலி, எமன்கற்பம்.

கிராம்பு

சின்னி, பரங்கிச்சி, கடலடி புஷ்பம், வன்னி, தாகசாந்தி.

திப்பிலிமூலி

நறுக்குமூலம், தண்டு மூலம், தேசாம்புரம், குடோரி, மாருத நாசினி.

இரத்தமண்டலி

சுந்தரி, சாணுகி, குளத்து துளசி, சத்தி.

மருதனி

ஐவணமாலி, வண்ணத்தி, கைவணக்கன்னி, சிறப்பி சேம்பீ, விஷத்தீ.

கெஞ்சா

கோரக்கர் மூலி, சுற்பத்தி, சித்தர் மூலி, ஞானி.

நிலவாகை

பாதாளவாகை, பரைச்சி, வேதாள கன்னி, மலம் போக்கி, புழுவின் குடோரி.

கட்டுக்கொடி

அப்பைதிரட்டி, ஆனந்தவல்லி, கொடிச்சி, சலபாஷாணியாம். உப்பைத்திரிச்சி, உதிரநிறத்தி.

பிரண்டை

வச்சிரவல்லி, சந்தி, நான்முகன், கொடிச்சி, தந்தி, கனலி.

கானற்றனுவு

கடுங்கொட்டை மாவு, சித்தர் கற்பம், சாந்தி ஒளிவிடு செம்மரம்.

வல்லாரை

குளத்துக்குறத்தி, கசப்பீ, வயல்வல்லிச்சி, சிறுக்கி, சாதகச்சித்தி.

தாம்பிரசிகை

சந்துகற்பறங்கி, தாம்பீரக்கட்டி, கம்பீ செம்பு, பருவதி, குவட்டிடைக் குஞ்சு.

மயூரச்சிகை

பருவதக்குச்சி, மயிர்குச்சு, அறுமுகன் விசிறி, சுருட்டி, சாகாத மூலி.

கண்டங்கத்திரி

கண்டங்காரி, முள்கொடிச்சி, நாமத்தி, கபநாசினி, இலைகத்திரி, பழம் பொன்னிறத்தி.

பிரமி

சாம்பிராணி, சேற்றுமடக்கி, மலநாசினி.

தில்லை

கூத்தன், அப்பலவிருசஷம், நிர்த்தன், மனை வெருட்டி வன்னி, கனற்பாலி.

கப்பட்டி

சுரபீ, கருமி, தோதகக்கன்னி, கனலி, வாரணக் கரிச்சி, சிறுபாலி, ராக்காசி.

செவ்வரளி

செப்புக் குடத்தி, விஷத்தி, நிறப்பாலி.

சிவந்த நாயுருவி

சிலைக்காரமாம், கருந்தனற்காரத்திற்காரமாம்.

சிவந்த சதுரக்கள்ளி

திண்டிராவிச்சி சிவந்தசதுர்முகி, ரத்தபாலி கானல் வாகினி.

சந்திச்சாரணை

கன்னிகுமரி, தேரிலைச்சி, குளக்கரைசந்தி, உயிருக்கு நாயகி.

வில்வம்

கூவிளம், மூவிலைச்சி, முள்விருக்ஷத்தி, ஈசன் பத்திரம்

மாவிலங்கு

மாந்தமறுக்கி, காந்தக்கடுவன், தீச்சுடர்.

தேற்றுமரம்

தண்ணீருஞ் சேறும்வேறுசெய்பவள், உடல் நீர் முறித்தவள், கபநாசினி.

புளியாண்சிறுகீரை

பெருங்கொடிக்கீரை, சிறுசெங்கொட்டை, செம்பு மூலிகை, காயமழியா நாயகி.

கீராளி

முதளைப்பூடு, செங்கொடிச்சி, செங்கொண்டையழகி, பூச்சூடி, நீர்குடிச்சி.

பேய்த்தும்பை

நாட்டுச்சுணச்சி, கானற்பேய்ச்சி, நீட்டுச்செடிச்சி கறுப்பி, சடைச்சி, கசப்பி.

பேய்க்கொள்ளு

சுனைசந்தி, கொத்து மூக்கு.

பேய்க்கடலை

சுருந்தி, நீர்க்கடலை, வெறிச்சி, நேசத்தி, சுணச்சி, பொன்மேனிச்சி.

பேய்த்துவரை

சுனையோன், கசந்த துவரை, வழுதோன், வெறியோன், பிசினி நாறி.

அமுகண்ணி

அமுருங்குமரி, வெறிச்சி, நாகம்போற் மூக்கி, உருண்டமடலி.

தொகமுண்ணி

குன்ணி, செடிச்சி, கூடுங்கொடிச்சி, சுருளி, காமி, நற்பூஷணி.

சோதிவிருட்சம்

காட்டுச்சோதி, தீபச்சோதி, நீட்டசோதி, நேரண்டசோதி, கோட்டச்சோதி, கொடுமலைச்சோதி, ஆட்டச்சோதி.

முடவாட்டுக்கால்

மலைக்கால், சிலைக்கால், கற்கால், தலைக்கால், முடங்குங்கால், மலையன்.

நாகசிங்கி

பொடியகொடிச்சி, பொருமும்சுணச்சி, மூக்கில் தும்பி, குளத்துமரத்தி.

இருப்பவல்

காட்டுமருக்கொழுந்து, புத்தர்கை சம்மட்டி, பருங் காணற்கன்னி.

வேள்கொடுக்கிலை

மணச்சி, விருச்சிகப்பூண்டு. இலைச் சாறுசிவப்பு கடுத்தி, விஷத்தி.

கருவூமத்தை

கறுத்த நிறத்தி, கடுக்கச் சடைச்சி கறுப்பி, நீலத்தாரி, லாகிரி, மூதண்டச்சி.

பொன்னூமத்தை

பொங்கு சடைச்சி, பொன்னில புஷ்பி, ஏமத்தாரி சிங்கமுகம்காய்ச்சி

நச்சுப்புல்

செந்தெற்பை, மூலஞ்சிவப்பி, சேந்தமலைச்சி, திரண்சோதி, விருக்ஷத்தி, உண்ணக்கொல்லி, நச்சாம் புல்லி.

சுணங்கவிருட்சம்

நாய்க்குட்டி, குலைச்சி, மேதினிவிருட்சம், நற்பால் முலைச்சி.

எருமைவிருக்ஷம்

மேதிவிருட்சம், கடாவிருக்ஷம், பாலி, கக்காலி.

செந்தாடுபாவை

சிவந்தநிறுத்தி, சேலொத்தபாலி, குழச்சி, சாதிலிங்கத்தி, கொடிச்சி, ஒருகோடிசித்தி.

உரோமவிருட்சம்

ரோமஞ்சுருளி, குடற்சல்லி, சுறுநாறி, காம குண்டலி, மயிர்த்தொங்கலி.

கல்லாணி

விழக்கரந்தை, செம்புகருதி, விஷக்குவடு, சிந்தரி, விஷக்காளி, மாலிங்கவாசினி.

சாயாவிருட்சம்

போகாநிழலி, புண்ணியவந்தரி, ரவியாள், சாயா தேவி, சாகாவிதியாள்.

முண்டணிவிருட்சம்

கண்டினி, மரக்காடுமொட்டச்சி, கோபக்கன்னி, பண்டினி, பாலி, நல்வேதிச்சி.

கருநெல்லி

பிறங்கி, நீலி, மேகம் நிறுத்தி, காயம் சுஷணத்தில் பேதிச்சி.

கற்றுமரை

கல்லரவிந்தம், மால்நேத்திரம், தனிக்கோட்டு புஷ்பி.

கல்லாரை

கல்முகபிரமன், நால்வேதியன், கிழவி, காட்டத்தி.

கற்செம்பு

குவடு, கொடுமலைபறச்சி, சாமை, பறங்கி, மாதங்கி.

முவிலைகுருந்து

கருநிலக்குருத்து, கடுவிஷக்கிழங்கு, நிலருவம் வச்சிரக்குருந்து, நிறக்கிழவி, குரு வைரி.

முத்தெருக்கஞ்செவியம்

எழுத்தாணிபூடு, கதிரி பூமிபத்திரி, காமி, வாசைக் குடோரி.

செந்திரா

கசந்த கொடிச்சி, கானச்சிவப்பி, வனலி, குடிச்சி, கனல்நாசனி.

செம்பல்லிபூண்டு

பாங்கிச்சி, பயிரை யெரிப்பவள், குடிலி, நாசினி, சரபந்தனி, செறுமி.

மினகுதக்காளி

தணலாற்றி, மோகினி, பாலனகாந்தவள்.

கருநொச்சி

கோபி, கருப்பி, நற்குண்ணி, சடைச்சி, உக்கிர மாசத்தி, சித்தி.

கொடிவேலி

காலிகருப்பி, சித்திரமூலம், கனலி, மகாமூலி உடல்வேதிச்சி, சிலைமணச்சி.

செவ்வகத்தி

சிவப்பி, சந்திரன்தங்கச்சி, குணலி, தேசபத்திரி.

நீலச்சோதி

நீலங்காளி, சகக்கன்னி, ஆலங்கண்டணி, கறுப்பி, குடிலி, கற்பத்தி.

பரங்கிவைப்பு பாசாணங்கள் ஒவ்வொன்றின் பெயர்கள்

1. தொட்டி பாஷாணம்

புத்தோடு, மாம்பலகை, செப்புத்தொட்டி, எருமை தொட்டி, பொறிச்சி.

2. சிலாகி பாஷாணம்

பொறிச்சி, யுள்ளி, கருப்பி, பாண்டத்தி, சிவப்பி வாதி, நாற்றொட்டி.

3. மிருதார் சிங்கி

பொன்வண்ணம், நல்வங்கம்.

4. தீமுறுகற்பாஷாணம்

கல்லடிபட்ட காந்தி, கருங்கல், கார்முகில்வர்ணன்.

5. கருமுகிற் பாஷாணம்

காக்காயமுதம், வாசுகன் மூச்சு, முகில்நிலம், பதங் கஞ்சமைத்த நாரி.

6. சால்லிங்கம்

பவளக்கண்டம், வன்னிகெற்பம், சிவத்தி,

7. வெள்ளைப்பாஷாணம்

எலிகாலன், விஷராசன், குடோரி, உயிர்காலன்

8. கௌரி பாஷாணம்

சங்கரன் பெண்டீர், பொன்னிச்சி, வாதிச்சி.

9. சவ்வீரம்

விற்பனன், ராசன்.

10. கோழித்தலைக்கெந்தி

குக்குடச்சூடு, செம்பி, ராகத்தி, ஆனந்தவல்லி.

11. வாணகெந்தி

படைக்கரசன், முடைக்கரசன், மூதண்டநாதம், வேந்தன் தாரம்.

12. வைப்பரிதாரம்

கொச்சிக்குளந்தை, பிராமணி, அரியுடதாரத்தி, கனத்தி, தனத்தி.

13. பவளப்புத்து பாஷாணம்

கொடிச்சி, கரடகி, களக்கி, குழச்சி.

14. கோடாசொரி

மன்னன், கொடியவிரம், களிம்பகற்றிய வண்ணன், சோரன், வாதராசன்.

15. பஞ்சபக்ஷி பாஷாணம்

சித்திரபட்சி, அஞ்சுவன்னத்தி, பத்திரன்பாவை, பரஙகிக்குப்பூதம்.

16. குங்கும பாஷாணம்

அரும்பி, மாதுக்குமாது, குழைச்சி, பொற்கொங் கைச்சி, பொன்னுண்டிச்சி.

17. ரத்த பாஷாணம்

பறங்கி, சிறிக்கி, பாப்பாரகன்னி, பொன்னிச்சி, ஆண்டிச்சி, சிவப்பி.

18. துத்தம்

தூம்புரசிப்பிச்சி, ரசிதமாகிய கற்பரி, சொறியன்.

19. துரிசு
நீலக்கன்னி, கண்டர், சிவசக்தி, ஆலமுடையோன் ஆதி சுடலையான், மாலான்மேனி, வாதி, சதாசிவன் ஆதி மகாகுரு.

20. ரசித பாஷாணம்
வெள்ளச்சி, மண்பொங்கிய கொங்கை.

21. சூதபாஷாணம்
மலைக்குறவன், வாசுகிநாதம், கந்தன், காமக்குடியோன்.

22. நீலப்பாஷாணம்
கருப்பி, சோமன், தனஞ்சயன், சந்திரமௌளி, கருவேகன்.

23. கெந்தகபாஷாணம்
காந்தன், சடங்கன், விசையன், புங்கன், பார்த்தன், முதண்டசத்தி, முத்தன், முயலகன்,

24. சோர பாஷாணம்
கள்வன், கந்தன், கார்முகன், கண்ணன், திருடன், லோகமாரணன்.

25. காகப்பாஷாணம்
கொடியோன் மைந்தன், கருமுகில் அந்தகன், வாகனன், குறுக்கன், மாறுதிவாசகன், கருப்பன்.

26. லவணப் பாஷாணம்
ஆதித்தன் கூர்மை, உப்பில் நிலைத்தவுப்பிலி கம்பி, பதங்கன்.

27. நாகபாஷாணம்
சற்பத்தி, குடிலம்.

28. இந்திரபாஷாணம்
இந்திரசக்தி, மகாகன்னி, மந்திரரூபி, வானவர் போற்றி, குடிலச்சி, துரைச்சி.

லோகத்தின் ஒவ்வொன்றின் பெயர்கள்

1. பொன்
பீசம், ஆதித்தன் வித்து, சொர்ணம், பரி.

2. தங்கம்
பசுங்குரு, பாருக்கு நாயகன்.

3. வெள்ளி
பரசி, எருமை நாக்கு, தனிக்கேட்டைராசன், மதி, ரசிதம், தாரம்.

4. செம்பு
சந்திலைராசி, ரவி, தாம்பரம், பரிதிவிடம்.

5. காரீயம்
காரி, களங்கை கவ்வும் கிராவணம், கருநாகம், பாரிக்கணவன், பலதோஷம் போக்குபவன்.

6. நாகம்
சோரன், வாதி.

7. வெள்ளீயம்
வெண்ணாகம், சிங்கம், நவலோகம் பங்கப்படுத்தும் சூரன்.

8. பித்தளை
பரிதாது, குடவன், காளிக்கம்.

9. வெண்கலம்
மந்தமாமணி, பஞ்சகங்கிண்ணி, நாதம்,

10. திரா

கொட்டாச்சி,கருலோக மொட்டச்சி, ராகுலோகம்'

11. இரும்பு

பூமிநாதம், கறுப்பி.

12. உருக்கு

வணிவாளன், தீக்ஷன், மலைக்குடோரி.

ரசம் வகை—24

(சட்டமுனி)

நவபாஷாண ரசம்	—	9
நவலோக ரசம்	—	9
அண்ட ரசம்	—	1
(அப்பிரேக ரசம்)		
உப்பு ரசம்	—	1
ஜெய ரசம்	—	1
சத்து ரசம்	—	1
மூலிகை ரசம்	—	1
தசதீட்சை வாலை ரசம்	—	1
		24

உபரசங்கள் ஒவ்வொன்றின் பெயர்கள்

(சட்டமுனி)

1. துருசு

பரசு, பாணி, கண்டர், சுடலையோன், பச்சை நிட்களன், கூற்றன், கொலையோன், மால் மச்சினன், கெங்கையோன், கருமேகன், குருநாதன்.

2. பொன்னிமிளை

மாக்ஷீகம், சத்திநாதம், கன்னிமாதநீர், காமி, சிற்பரி, வெள்ளச்சி, கறுப்பி, நாதாந்தி, உருகுந் துறைச்சி.

3. சாஸ்திரபேதி

மலைநாதம், கனல்வேதி, செஞ்சிலை, சலந்நொடு கல்லுயிர்.

4. கல்மதம்

மலையின்துடக்கு, சிலாமதம், சிலா ரத்தம் நஞ்சு.

6. நீலாஞ்சனம்

சிவச்சூதம் கல்லினீயம், சூதாஞ்சனம், கொடுலோக வஞ்சனம், கண்ணஞ்சனம்.

6. அப்பிரகத்தின் பெயர்

பூவிந்துநாதம், மனோன்மணி, கேசரம், பிரகாசத்தி.

7. காந்தம்

சேவகன், சீவன், நாதம், நவலோகவங்குசம் சித்தன்.

8. கர்ப்பூரச்சிலாசத்து

பிரீதிவி, கர்ப்பூரச்சிலை, கற்குருவாத்தினுடன் விந்து சிலாமணி, காந்தியோன்.

9. கல்நார்

கல்லுச்சவளை, சிலைநாரு, சிலைவிந்து, கல்லின் காரம்.

10. கருங்கல்

இந்திரநீலம், கருஞ்சிலை.

11. நீலப்படிக்கல்

மாலைப்படிகம், மதிக்காந்தி, பாலைச்சிலை.

12. சுக்கான்கல்

பூஷரக்கல், சொறிக்கல், ஊர்க்கல், குருஷரக் கல்லு, மறிக்கல், தழற்கல், சுண்ணக்கல், பொறிக்கல், வங்கக்கல் நெறிக்கல்.

13. ஈரக்கல்

மந்தாரக்கல், பாங்கிஷத்தின் சிலை, ரெத்தக்கல், கோழிக்கல், சிலைக்கல்.

14. இரசவர்த்தம்

மலைமேக சொர்னக்கல், பரிவாதம் வந்தக்கல், பிரட்டுக்கல்.

15. கெருடக்கல்

விடத்துக்கரசன், விஷராசன், பட்சிராசன், கார்க் கோடகன்.

16. ஓட்டின் பெயர்

பாண்டங்குசத்தி, சில்லு, மண்சலன், காங்குசக் கல், குலைசக்கிரம்.

17. செங்கல்

செம்பலகை, காளவாய்க்கல்லு, சூளைக்கல், கோடிரக் கல், செஞ்சிலை.

18. எறும்பு

விலாக்கொடி, குறடு.

19. மயிர்

கேசரம், ரோமம், மசகம், வஸ்தியின்வேர், கம்பினி, சிப்பம், கந்தம்.

20. நண்டின் பெயர்

பத்துக் காலுடையான், நறியுண்ணி, தலையில்லா சேவகன், கொத்துக் குறடு, குளத்துக்குருவி, நத்திய யுன்னை.

21. நத்தையின் பெயர்

ஊமச்சி, நீர்க்காய், கல்லொட்டி, நீர்க்குண்டு, கொம்பு.

22. நாகர் வண்டு

கானகச் சங்கு, காட்டுமுரி, பாம்புக்கிரையாவோன், சங்கஞ்செடியில் குடிபுக்கி.

23. கிளிஞ்சி

உடல் ரெண்டோன், உயிர் ஒன்றேன், ஓடும் ஓடம் கடல் பட்சி, கானகச்சிப்பி, குளத்தில் இடப்போன்.

24. ஆமை

குருளை, தாமோதரன், கூர்வை, நீர்ப்பரிசை, மஞெ சிலாயுதன், வஞ்சங்கமூடி.

25. முட்டை

ஊமை, அண்டம், மும்மூர்த்தி.

26. ஆனைக்கொம்பு

வாரணக்கோடு, கெசப்பீடி, கரியுடகொம்பு.

27. பன்னிக்கொம்பு

வராகதந்தம், மலைவாசிக்கொம்பு.

28. ஆட்டுக்கொம்பு

மேஷத்தின் கொம்பு, செம்போத்து.

29. மாட்டுக்கொம்பு

கிடாக்காலன்.

30. பல்லின் பெயர்

சுரமுல்லை, தாள்வாய் சரக்கூடம்.

31. புள்ளி மிருகம்

மான் சிங்கம், கடவிழி சாதகன், கிருஷ்ணன் மிருகம்.

32. பூ நாகம்

மேகத்தின் விந்து சஞ்சீவி, சோதி, பூமிவேர், போகரசநிபன்.

33. இந்திரகோபம்

இந்திரபீசம், இடிநாதம், சஞ்சீவி, சுரோணிதம்.

34. தவளை

மண்டூகம், சொறியோன், மேகவார்த்தையறிபவன்.

35. கோழி

இரவையறிவோன், சண்முகன் கொடியோன், சூரன், ஞானி, தரவை.

36. செவ்வட்டை

ஆயிரங்காலி, தட்டான், குண்டலி, மரவட்டை.

37. காடி

பாதாளபேதி, பாம்புண்டான், புத்தைவுரிஞ்சுவோன் ஏழுமலை வாசன்.

38. சங்கு

வாருதிநாதன், சலம்புரிபட்சி, இசைநாதம், நிலம் நாதம், நிலம்புரியாணி, பூசையோன்.

39. முத்துச்சிப்பி

சந்திரச்சிப்பீ, நீர்ச்சடம், வாணிகற்றி, வருணன் விந்தி.

40. முத்து

சுக்கிரஞானி, சிறுவஞ்சி, தன்மணி, வாருதி.

41. பவளம்

வாருதி தண்டு, செந்தண்டு, கொடியோன், பிரவாளம் பெண்மாலை.

42. கோமேதகம்

அனல்ராகு, புலிக்கண்ணு.

43. புட்பராகம்

கேதுசிலாங்கன், நயனத்தோன், சுக்ரன், கவளையோன்.

44. வயிரம்

அருணன், கதிரோன், ஆதிநாராயணம், ரவை, விந்து சிலைராசன், காந்தியோன்.

45. பச்சைக்கல்

புந்தியின் விந்து.

46. நீலம்

சனிவிந்து, அந்திரக்கண்மணி, மேகநிறன்.

47. மாணிக்கம் சிவப்பு

செவ்வாய் விந்து, கனல், வாணிச்சிமேனி.

48. வைடூரியம்

காந்தி, செவ்வொளி, பாணக்கல்.

49. கெண்டகச்சிலை

கருஞ்சிலை, குளரன், நீர்ச்சிலை, வாருதி கங்கை, சிலாமேனி.

50. சூடாலைக்கல்

மாந்தன், தனுரந்தம், காந்தக்கல்.

51. மாக்கல்
மேதச்சிலை, மாக்கல்.

52. தேய்க்கல்
புரைக்கல், சாதக்கல், செம்பொடி சிலாகை.

53. மஞ்சக்கல்
குங்குமவர்ணத்தி, மலையடிமண், சொறிபுள்ளி.

54. தவளைக்கல்
மண்டூகசிவன், காரத்திரி, சொறிக்கல், சாபக்கல்.

55. சிலாவங்கம்
நாகச்சிலைக்கல், பஞ்சநிறக்கல்.

56. அன்னபேதி
ஆதிக்கல்நாதம், காலன், பேதிக்கல்சவுடு, கல்வீரியம்.

57. அஸ்திபேதி
எலும்பையுருக்கி, எலும்பை நீருக்கி வாதி.

58. சிலாநாகம்
நாகச்சிலை, பொறிக்கல்லு, பஞ்சநிறக்கல், தீற்றக்கல்.

59. சொர்னபேதி
குவட்டு மூலைச்சி, குகைமேல் நாதத்தி, தங்கமனுகிற் சிலமாக்கி, ரதி.

60. மாங்கிஷபேதி
மலையின் துருச்சி, மாங்கிஷ நீருக்கி, கடுங்காரி, பிணந்தின்னி, கடுவுப்பு.

61. உவர்மண்
பூமி செருக்கம்பூ, மண்ணிளுதம், ரவிகாந்தி.

62. கல்க்கிட்டம்
சொறிக்கிட்டம், காட்டுக்கிட்டம்.

63. கருமணல்
வாரியழகி, நீலவப்பிரகம்.

64. செம்மண்
நாகமண் காவி, சித்திரம்.

65. சுந்தமண்
புடமண் குடோரி, பூமி வெளுப்பு மண்.

66. முடவாட்டுக்கால்
மலைக்கால், மேககற்பக்கால்.

67. கருவண்டு
தும்பி, சுழந்தி, சோரகந்தண்டு, வெண்மலர் நாயகம், கரும்பி.

68. பன்னிமுள்
ஏனத்தின் முள்ளு, மூன்று வன்னத்தி, வராகிவேல்.

69. எலிமுள்
கானத்தின் சேவகன், கடுவளைக் குடிபோன், பூனை சத்துரு.

70. கடல்நுரை
அக்கினி, வலையில் திறண் நீ, வாருதிவிந்து.

71. மீனெலும்பு
மச்சத்தின் செல்லி, உச்சத்தின் கச்சம்.

72. முட்சங்கு
கண்டகச் சங்கு, குங்குலச்சங்கம்.

73. பேரோசனை
பசுமலை குழலுற்று, அங்கெட்டகல்.

74. நாகப்பச்சை
பரிசகன், கானகக்கூபம்.

75. மாகதப்பச்சை

நாயக மேனி, மேகப்பச்சை.

76. புத்தாம்பழம்

புத்துக்குகைச்தி, கறுப்பி, வாள் முலைப்பாலி, கொடிச்சி.

77. வெள்ளை சுக்கான்

வயற்கல்லு, மண்கல்லு, ரவிக்கல்லு, தானே விளையுங்கல்.

78. கதண்டு

கானகத்தும்பி, கரிமுகவானை, புதைச்சி தலைச்சி தேகைக்குடிச்சி, கதண்டி.

79. காகக்சிலை

காசிக்கல், மூக்கல், நண்டுக்கல், வாசிக்கல், வாணக் கல், வண்ணக்கல், திரணிக்கல், தாசிக்கல்.

80. கடற்பாசி

வாருதிப்பாசி கடலுக்குள்ளடங்கிய பாசி, பின்னல்.

81. சாலக்கிராமம்

மலைத்தாசி, மூவர்கல், தங்கசெற்பத்தி, மால் வீடு.

82. மாங்கிழச்சிலை

சனைதிறஞ் சென்னிறம், மண்ணிற்பாங்கி.

83. மயிலிறகு

மயூரம், ராட்சதன், மேகந்தின் நாசி, அறுமுகன் வாகனம்.

84. காண்டாமிருகக் கொம்பு

ஒற்றைக்கொம்பன், கைப்புயன், விடதாரி.

85. கஸ்தூரி எலும்பு

வாசத்தோன், பூனைக்கடுவான்.

86. மந்தாரச் சிலை

வர்ணக்கல், கனற்சிலை, மேகக்கல்.

87. மாந்துளிர்க்கல்

ரவிநிறம், தேனிறம், செம்பிநிறம்.

ℓ8. (காலப்படிகம்)

சிவனிடதேகம், தேவிக்குமுத்திரை, மதிக்காந்தி, வச்சிரம், பூமிநாயகன்.

89. கல்க்காவி

செஞ்சிலை, மாந்துளிர், மண் சிலை, செம்மண் சிலை.

90. செம்பூ மணல்

ரவிமணல், லோகமண், தாம்பரம் கலிந்தமண், செங்கோலம்.

91. நாகமணல்

மின்னல், ரசிதக்கரு, வானத்தான், வாதி.

92. வங்கமணல்

சவதாரி, கொடிவங்கம், மாருதிநாதம்.

93. ஈயமணல்

வேதைச்சத்துரு, மித்துருபதுமை, அகத்தியராசன், வர்ணம் நாதன்.

94. வெள்ளிமணல்

வாரியசிதம், வெண்மணல், மதிமணல், குறுமணல்.

95. ஏமமணல்

மேருவின்வாரி, பரிமணல், நாகச்சாரன், மதிதனு செம்பொன்னும்.

96. லோகமணல்

கருமலைவாறி, இரும்புக் கருமணல், கிருஷ்ண லோகம்.

97. கருஞ்சுக்கான்

கருமணல், காகச்சுக்கான், மணல்சுக்கான்.

98. கானக்கல்

வரிக்கல், மாக்கல், சாரை, புன்விக்கல், கூளுவைக் கல்.

99. குருந்தக்கல்

வச்சிரம், சாணைக்கல், வயிரம், பூச்சிலை, ரம்பம், தாளகக்குரு.

100. ரசிதச்சிலை

மேரு, பருவதம், மதிமலைநாதம், சிதமலை.

101. ஏமச்சிலை

கொடுங்கை, சதாசிவன் வாசம்.

102. நாகச்சிலை

மந்தரநாகம், சர்ப்பம், வாசுகன்.

103. வங்கச்சிலை

மாருதி, குடிலம், தேவிபீசம், பானுவின் மூலம்.

104. ஈயச்சிலை

கானகத்திபம், பரிக்கு நமன்.

105. அயச்சிலை

கருமலை, சிவனுளமலை.

106. திராமலை

திரச்சி, அந்தகன்பீடம், முதண்டவெட்டை.

107. வெங்கலமலை

கொடுமலை, குறுங்குன்னி.

108. செம்புமலை

ரவிகுலக்குன்னம், ரவிகுலமேரு, நாதக்குவடு, செம்பொன், ரவிகுல செம்பு.

109. பித்தளைமலை

குடவன் பருவதம், சரிகைகலை, மந்தாரபீதம்.

(உபசரக்கு முற்றிற்று)

தாது பிறப்பு

பாஷாணங்களின் ஒவ்வொன்றின் பெயர்கள்

1. கற்கடாபாஷாணம்

கந்தர், கல்லடி மூலம், விந்தர், உமைதாது, மூலக்காணி.

2. கௌரி பாஷாணம்

கூவிளங்குந்தம், மகோதரம்.

3. சூதபாஷாணம்

கெந்தனுதி வராட்டியன். மாருதமகிபன்.

4. அரிதாரம்

லட்சுமி, முக்கரச்சி, ஆதிசக்தி, கொடிச்சி.

5. கெந்தகம்

காரிழைநாதம், பொன்வர்ணக்காரி, நாறும்பூவதி, சுரோணிதம், சக்தி.

6. வீரம்

ஆதிரௌத்திரன், வெள்ளை செந்தூரம், வாதி கெற்பம், வகாரத்தலைவன், பூவிந்து, சேவகன்.

7. வைக்கிராந்த பாஷாணம்

குமுர்தம், பூமாலைநாதம், முகிர்சுன்னம்.

8. தாலப் பாஷாணம்

மருந்தம், லம்பம், கும்பம், ஆலமாந்தன், கோபுளகன்.

9. முர்தபாஷணம்

ஆதி அனந்தன், புங்கவன், சாரணன், பூரணன், கவுனன், வேந்தன், வெகுளி,

10. சிற்பந்த பாஷாணம்

கந்தன், கபாலன், மேகச்சாய்கையோன், அந்தகன், சிரசோன், சம்பு, பரமன், கெற்பத்தோன், சிந்தன், சிற்பன்

11. தொட்டிபாஷாணம்

மாத்திரச்சிலாகை, மந்தாரவேர், குறிஞ்சி, கும்பகலிபம் பாத்திரந்தொட்டி.

12. குதிரைபல் பாஷாணம்

கணவன், வாசியோன், கவுணி, கற்பல்லு, கவரிசை, பல்லுருவெள்ளை.

13. சங்கபாஷாணம்

சங்கம், குவடு, புனிதம், கோஷம்.

14. கௌரிபாஷாணம்

கேசயபூதம், கெந்தம்பந்தம், ஆதிக்குமரி, இந்து, பரி, குறுககம்.

15. துற்ற பாஷாணம்

தாம்பிரகோபம், சுந்தரக்காது, தாம்பிர கெற்பம், துத்த நீலவெரட்டி.

16. பலண்டுறுகப் பாஷாணம்

வேதைக்குரு.

17. காந்த பாஷாணம்

காலன், சனியன், கருநிறவாயு, வன்னி, சிவன்.

18. லிங்க பாஷாணம்

வன்னியின் கெற்பம், சண்டகன், பெருமான், லிங்கம் சமரசம் சார்வான, செந்தூரம்.

19. சரகண்டபாஷாணம்

புருத்தாணி, சாம்பரம், சிவம், காண்டீபம்.

20. தாளகம்

மாலுடபாகம், லட்சுமி, ஆழிகுடியாள், குணசலி, குங்குமவர்ணச்சி.

21. மனோசிலை

நான் முகன்தேவி, சரசோதி, முகவாணி, வெள்ளச்சி, தாமரைவாசினி.

22. அவுபல் பாஷாணம்

அந்தகக் கந்தகம், பூஷரம், சலாங்கம்.

23. சலாங்க பாஷாணம்

கும்பம், சர்ப்பகாந்தம், பூஷரம், சலாங்கந்.

24. கற்பரி பாஷாணம்

குங்கிலிசன், மேதச்சி, காணத்தின் தூமம்.

25. கற்பாஷாணம்

ஆகாசம், மந்தரச்சிந்து, குமுதம், கூவிளம், பூவிளம்.

26. அஞ்சனப் பாஷாணம்

சிலைவங்கம், இனங்கொல்லன் பகை, சிலைகாரி, அந்தகன்.

27. கச்சலப் பாஷாணம்

அனந்தன், வராகன், மச்சரூபன், மசந்தன்.

28. சீதாங்கப் பாஷாணம்

சாந்தன், நீதம்பரி, நிட்களக்கல்.

29. சிலாமதப் பாஷாணம்

கற்கனல், காந்தி.

30. கார்முகிற் பாஷாணம்

மகாவிந்து, தாரை.

31. அப்பிரகப் பாஷாணம்

பூமியின்கல், மலைப்பாதம், காந்தி, காமியசக்தி.

32. வெள்ளைப் பாஷாணம்

விடயம், குமுதம், படிகம், சங்கம்.



நீதிபதி திரு. பலராமையா அவர்கள் மக்களுக்கு நீதி வழங்கியதோடு, சித்த மருத்துவத்தின் மூலம் மக்களின் நோய்களைத் தீர்க்கவும் வழி செய்தவர்.

அரும்பெரும் மூலிகைகளை இனம் கண்டு அவற்றின் நோய் தீர்க்கும் குணங்களைக் கண்டறிந்து மக்களுக்கு இலவசமாய் மருத்துவம் செய்து பலரது நோய்களைக் குணப்படுத்தியவர். சித்த மருத்துவத் துறையில் தனது நீண்ட ஆராய்ச்சியின் மூலம் நோய்களைத் தீர்த்ததோடு எண்ணற்ற சீடர்களை உருவாக்கி சிறந்த பல சித்த மருத்துவர்களைத் தமிழகத்திற்குத் தந்தார்.

சித்த மருத்துவம், சித்தர் தத்துவம் குறித்து ஏராளமான நூல்களை எழுதியதோடு தமிழகத்தில் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி அமையவும் துணை நின்றவர். இந்நூல் அனைத்துத் தமிழர்களின் இல்லங்களிலும் இருக்க வேண்டிய அரிய 'மருத்துவப் பொக்கிஷம்' ஆகும்.

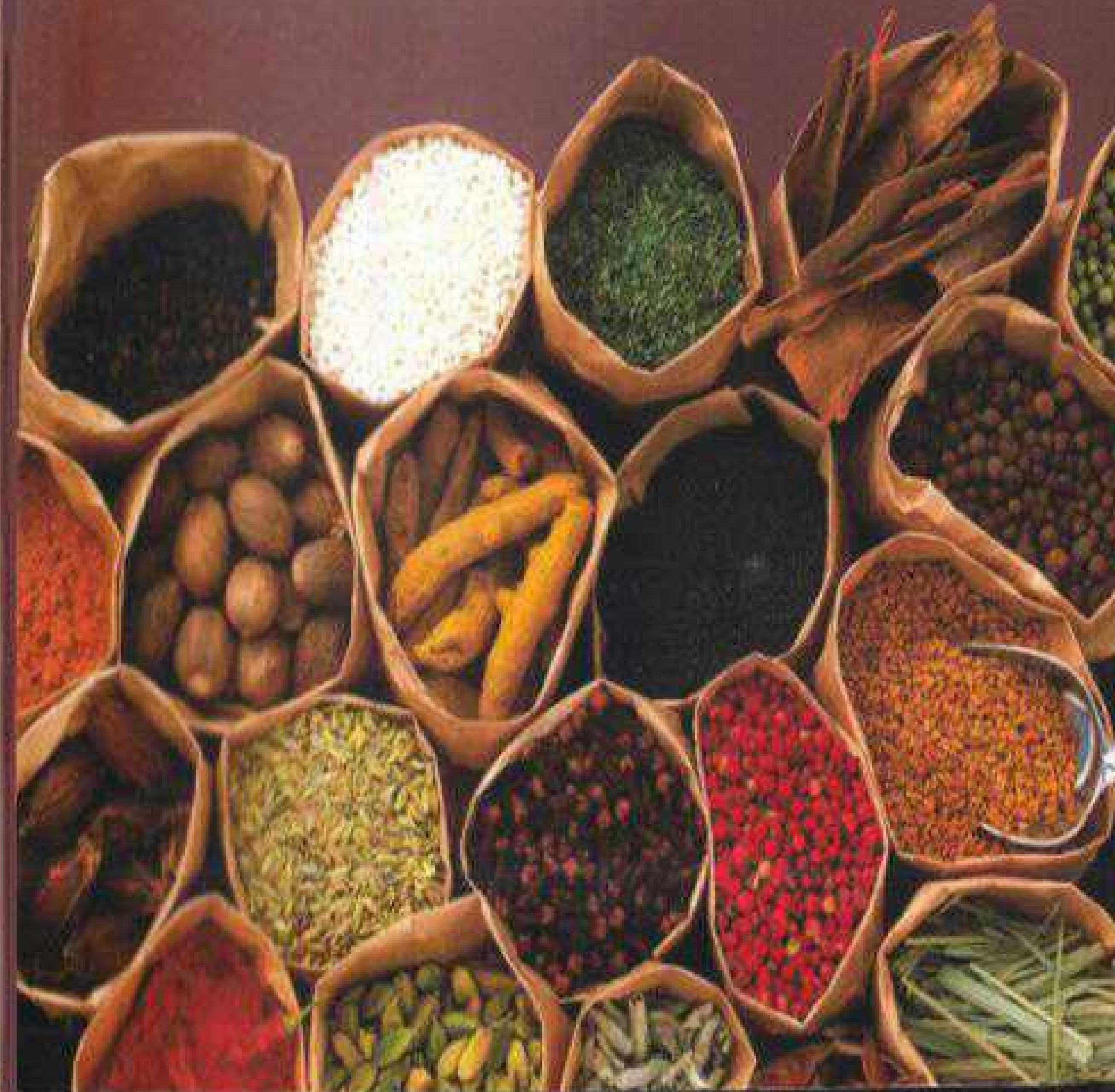
வைத்திய ரத்தினம்
ஜட்ஜ் வி.பலராமையாவின்
வீட்டு வைத்திய முறைகள்

வைத்திய ரத்தினம்

ஜட்ஜ் வி.பலராமையாவின்

உச்சி முதல் பாதம் வரை அனைத்து நோய்களுக்குமான

வீட்டு வைத்திய முறைகள்



ஜட்ஜ் வி. பலராமையாவின்

சித்த மருத்துவம்

(வீட்டு வைத்திய முறைகள்)

பொருளடக்கம்

ஐயா! எனக்கு வயது 25. தலையில் அதிகமாக பொடுகு உள்ளது. அதோடு தலையில் மயிர் கால்களுக்கு அடியில் இருந்து எண்ணை பசை போன்று கசிகிறது. இதனால் தலை எல்லாம் 'பிசுபிசு' என்று ஆகிறது. முடிகள் அதிகமாக கொட்டுகின்றன. பெரும் தொல்லையாக இருக்கிறது. இதிலிருந்து விடுபட எனக்கு ஒரு வழி சொல்லுங்கள்.

-பி.ஏகாம்பரம், பெரிய காஞ்சிபுரம்

நகம் அல்லது நாகணம் என்பது நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 50 கிராம் அளவு வாங்கி, ஒன்றுக்கு பாதியாக இடித்து தண்ணீரில் ஊற வைக்கவும். ஒரு நாள் கழித்து அதை அரை கிலோ நல்லெண்ணெயில் தண்ணீரோடு ஊற்றி சிறு தீயாக எரித்து கொதிக்க வைக்கவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும், நாகணம் தண்ணீரில் மிதக்கும். நாகணம் எண்ணெய் தயாரித்து தலையில் தடவிவந்தால் பொடுகு, முடி உதிர்தல் போன்றவை கட்டுப்படும்.

ஐயா! எனக்கு தலை பாரமாக உணர்வு இல்லாமல் மரக்கட்டை போன்று உள்ளது. நெருப்பு சம்பந்தப்பட்ட வேலைகளில் ஈடுபட்டால் அல்லது இரவு கண் விழித்திருந்தால் தலை பாரம் அதிகமாவதுடன் தலை உச்சி பாதத்தில் வலிக்கிறது. 5 வருடமாக இப்படி இருக்கிறது. இதில் இருந்து விடுபட எனக்கு ஒரு வைத்தியம் சொல்லுங்கள்.

- கா.காவேரிதாசன், கூடுவாஞ்சேரி

தங்கள் உடலில் தாதுப்பலன் குறைவினால் இப்படி ஏற்படுகிறது. அது மட்டுமின்றி ரத்தபுஷ்டியும் குறைவாக உள்ளது.

நெல்லி முள்ளி, அதிமதுரம், கோரைக் கிழங்கு, அசுவகந்தி, கரிசாலை என்னும் கரிசலாங்கண்ணி ஆகியவைகளை சம அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். இவற்றை இடித்த சூரணம் செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை அரைத் தேக்கரண்டி வீதம் தேனில் சாப்பிடவும். நெல்லி முள்ளி மட்டும் லேசாக வறுக்க வேண்டும். கொட்டையை நீக்கி விட்டு தோலை மட்டும் வறுக்கவும்.

ஐயா! என் தகப்பனாருக்கு வயது 47. கடந்த 2 வருடங்களாக தீராத தலைவலி இருந்து வருகிறது. ஒரு பக்கம் விட்டு விட்டு வலி வருகிறது. உணவு ஜீரண சக்தி குறைவு இதற்கு தாங்கள் மருத்துவம் தெரிவிக்கவும்.

-எஸ். தீனதயாளன், ஆர்.எஸ்.புரம், கோயமுத்தூர்

தங்கள் தகப்பனாருக்கு மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

சுக்கு - 1 பங்கு, திப்பிலி - 1 பங்கு, அதிமதுரம் - 2 பங்கு, சீரகம் - 4 பங்கு இவைகளில் திப்பிலி, சீரகம் இரண்டையும் லேசாக வறுத்த பிறகு எல்லாவற்றையும் ஒன்றாக சேர்த்து இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதன் சம அளவுக்கு சீனி சேர்த்து புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு காலை 6 மணி, மாலை 6 மணிக்கு அரை தேக்கரண்டி முதல் ஒரு தேக்கரண்டி வரை தண்ணீரில் சாப்பிடவும். தொடர்ந்து இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் பித்தம் தணியும். தலைவலி நோய் தீரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. எனக்கு 2 மாதமாக இரு பக்கமும் தினசரி தலை வலிக்கிறது. ஊசி போட்டும் மருந்து சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. வெயில் அதிகரித்தால் தலைவலி அதிகமாகிறது. காலையில் இருந்து இரவு வரை தலைவலி உள்ளது. இதற்கு தாங்கள் வைத்தியம் கூறுங்கள்.

- இந்திராணி, திருச்சி - 17.

தங்களுக்கு உஷ்ணம் காரணமாக இப்படி விடாத தலைவலி இருக்கும். அதுமட்டுமின்றி உடல் பலவீனமாக இருந்தாலும் இவ்வித தலைவலி உண்டாகும்.

அசுவகந்தி கிழங்கு 100 கிராம், சுக்கு 5 கிராம், மிளகு 5 கிராம், திப்பிலி 5 கிராம் இவைகளில் மிளகு, திப்பிலி இரண்டையும் வாசனை கிளம்ப வறுத்துக் கொள்ளவும்.பிறகு அனைத்தையும் சேர்த்து இடித்து சூரணமாக்கிக் கொள்ளவும்.

அதனுடன் 100 கிராம் அளவுக்கு சர்க்கரை அல்லது சீனி கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடவும். இப்படி தொடர்ந்து 45 நாட்கள் சாப்பிட்டால் உடல் வலிமை பெறும். உஷ்ணத்தைக் குறைக்கும்.

ஐயா! எனக்கு 6 மாத காலமாக தலையின் இரு பக்கங்களிலும், உட்புறமாக ஏதோ கனமாக இடிப்பது போன்ற உணர்வு இருந்து கொண்டு இருக்கிறது. சில நேரம் தலையின் வலது பக்கமும், சில நேரம் இடது பக்கமும் பாரமாக இருக்கிறது. எக்ஸ்-ரே எடுத்துப் பார்த்து ஒன்றும் இல்லை என்று டாக்டர்கள் கூறிவிட்டனர்.

காலையில் எழுந்ததும் வாய் மிகவும் கசக்கிறது. யோசனை செய்தால் தலை பாரம் அதிகமாகிறது. இதற்கு சித்த வைத்தியத்தில் ஏதேனும் மருந்து இருந்தால் தெரிவியுங்கள்.

- கே.பாண்டுரங்கன், ராசிபுரம்

தங்கள் வயது பற்றி குறிப்பிடவில்லை. அடிக்கடி தலையில் விஷ நீர் ஏறுவதால் இவ்வித அழுத்தம் ஏற்படுகிறது. முக்கியமாக மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நல்லெண்ணெய் அரை லிட்டர், சமுத்திரபழம் 25 கிராம், தேவதாரி கட்டை இடித்த தூள் 25 கிராம், சாம்பிராணி 15 கிராம், மிளகு பொடி 10 கிராம் இவைகளை எண்ணையில் போட்டு, பசும்பால் கிடைத்தால் அரை லிட்டர் ஊற்றி அடுப்பு எரிக்கவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக்கொள்ளவும்.

அதில் 2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தலையில் தேய்த்து அரைமணி நேரம் ஊறிய பின் வெந்நீரில் குளிக்கவும். வாரம் 2 முறை இப்படி குளித்து வந்தால் தலையில் உள்ள நீர் இறங்கும்.

சமுத்திரபழம், தேவதாரி கட்டை ஆகியவை நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்.

> ***ஐயா என் வயது 25. சுமார் 10 ஆண்டுகளாக தலைவலி இருக்கிறது. நெற்றியின் இரு பக்கங்களிலும் வலிக்கிறது. நேரம் ஆக ஆக வலி முகம் முழுவதும் பரவுகிறது. பின்னர் அவ்வலியினால் பசி, தாகம் உண்டாவதில்லை. உடல் தளர்ச்சியடைகின்றன.***
>
> ***தலைவலி இருக்கும் நாட்களில் சிறுநீர் மஞ்சளாக போகின்றது. டாக்டரிடம் எக்ஸ்ரே, இரத்த, மல சோதனைகளில் அவர்களுக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை என்கிறார்கள். வலி வந்த உடனே ஊசிபோட சொல்கிறார்கள். போட்டால் சரியாகி விடுகின்றது. பழைய படியும் வருகின்றது.***
>
> ***மாதம் இருமுறை அல்லது மூன்று முறை வந்து தொடர்ந்து வலிக்கின்றது. இதனால் என் உடல், மனம் எல்லாம் தளர்ச்சியடைந்து விட்டது. இதற்கு நல்ல மருந்து கூறுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.***
>
> **- முருகானந்தம், உறையூர், திருச்சி.**

கொல்லன் உலையில் கிடைக்கும் இரும்பு கிட்டம் 50 கிராம் எடுத்து குழி அம்மியில் நன்றாக அரைத்து 500 கிராம் பனை வெல்லம் சேர்த்து மறுபடியும் அரைத்து வைத்துக்கொள்ளவும். காலை மாலை சுண்டைக்காய் அளவு சாப்பிட பூரண குணமாகும்.

சீரகம் தேக்கரண்டியளவு, நல்லெண்ணெய் 100 மிலி எண்ணெயில் சீரகத்தைப் போட்டு அடுப்பேற்றி சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும். சீரகம்

கருப்பு நிறமாக மாறும் சமயத்தில் இறக்கி ஆறின பின் 2 தேக்கரண்டியளவு தலையில் தேய்த்து சீகைக்காய் தேய்த்து வெந்நீரில் வாரத்துக்கு இருமுறை குளிக்கவும். புலால் சாப்பிடாதீர்கள். தலைவலி குணமாகி விடும்.

> ***ஐயா என் மகனுக்கு வயது 8. கடந்த 2 வருடங்களாக மாதம் 2 அல்லது 3 முறை மாலை வேளைகளில் தலைவலி வருகிறது. தலைவலி வந்து 5 நிமிடத்தில் வாந்தி ஏற்படுகிறது. வாந்தி வந்ததும் தலைவலி நின்று விடுகிறது. இருந்தாலும் இரவு முழுவதும் மயக்கமான நிலையில் இருக்கிறான். நான் ஒரு தொடக்கப் பள்ளி ஆசிரியர். பொருளாதார வசதி இல்லை. பையன் நாளுக்கு நாள் மெலிந்து வருகிறான். அவன் நோய்க்கு நீங்கள் தகுந்த மருந்து தெரிவித்து உதவி புரிய வேண்டிக் கொள்கிறேன்.***
>
> **ம. சிவசுப்பிரமணியன், மாயனூர்**

சுக்கு 15 கிராம், சீரகம் 10 கிராம், அக்கிரகாரம் 10 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கு தோலை அகற்றி விடவும். பிறகு இடித்து தூள் செய்யவும். சீரகத்தை லேசாக வறுக்கவும். அக்கிரகாரம் என்பது குச்சி போல் இருக்கும். இதை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து சட்டியில் போட்டு வறுக்கவும்.

புகை கிளம்பும் போது இறக்கி, சீரகத்தையும், அக்கிரகாரத்தையும் சேர்த்து சூரணம் செய்து, அதனுடன் சுக்குத் தூள் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

எலுமிச்சம் பழத்தின் சாறு 200 மில்லி எடுத்து அதனுடன் சர்க்கரை 100 கிராம் சேர்த்து கலக்கி அடுப்பேற்றி காய்ச்சவும். லேசாக பாகு வரும்போது மேற்சொன்ன சூரணத்தை போட்டுக் கிளறினால் லேகிய பதத்தில் வரும். அதைப் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டு ஒரு கோலி அளவு காலையிலும், மாலையிலும் உள்ளுக்கு மென்று சாப்பிட வேண்டும்.

> ***ஐயா! எனக்கு 25 வயது ஆகிறது. நான் கொத்தனார் வேலை செய்கிறேன். திருமணமாகி 3 மாதமாகிறது. எனக்கு ஒரு வருடமாக ஒற்றைத் தலைவலி வருகிறது. வேலை செய்ய முடியவில்லை. வேதனை தாங்கிக் கொள்ள முடியாமல் தவிக்கிறேன். எனது நோயைப் போக்க மருந்து சொல்லுங்கள்.***
>
> **- பி.குப்புசாமி, சிவபுரி, தென்ஆற்காடு**

மேற்சொன்ன லேகியத்தைச் செய்து சாப்பிடவும்.

மேலும், சுக்கை தண்ணீர் விட்டு அரைத்து சுட வைத்து தலைவலி வரும்போது தடவி லேசாக அனல் காட்டவும்.

ஐயா! என் வயது 25. கடந்த நாலைந்து ஆண்டுகளாக தலையின் பின்புறத்திலும், சில சமயங்களில் நெற்றி பொட்டுகளிலும் 'விண் விண்' என்று தெறிப்பதுபோல் வலிக்கிறது. தொடர்ந்து நாலைந்து நாட்கள் வலிக்கிறது. ஆங்கில வைத்தியத்தில் பலன் கிடைக்கவில்லை. தங்கள் வைத்திய முறையில் குணப்படுத்திக் கொள்ள தக்க ஆலோசனை வழங்குவீர்கள் என்று எதிர்பார்க்கிறேன்.

- சி.சீனிவாசன், உறையூர்

தலைக்குப் போகும் ரத்தக் குழாய்களில் தடை ஏற்பட்டால் பிடரி வலி, நெற்றிப் பொட்டுகளில் வலி உண்டாகக் கூடும். நல்லெண்ணெய் அரை லிட்டர், பசும்பால் அரை லிட்டர், வில்வ பழத்தின் சதையை தண்ணீர் விட்டு பிசைந்த சாறு அரைலிட்டர். இந்த மூன்றையும் சேர்த்து காய்ச்சவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கிச் சூடு இருக்கும்போது 2 கிராம் பச்சை கற்பூரம் பொடி செய்து போடவும். ஆறிய பிறகு வடிகட்டி பத்திரப்படுத்திக் கொண்டு இந்த எண்ணெயில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு ஒன்று விட்டு ஒரு நாள் தலையில் தேய்த்து வெந்நீரில் சீயக்காய் போட்டு குளிக்க வேண்டும்.

ஐயா! என் வயது 32. திருமணமாகி விட்டது. குழந்தை இல்லை. 18 வயதில் சிறங்கு போன்ற நோய் வந்தது. அப்போது தூக்கம் இல்லாமல் அவதிப்பட்டபோது என் வலது கண் சிகப்பு நிறமாகி சூரிய ஒளியையோ விளக்கு வெளிச்சத்தையோ பார்க்க முடியவில்லை. சிறங்கு குணமாகி விட்டது. ஆனால் கண்ணில் வந்த சிகப்பு நிறம் மறைவதும் திரும்ப வருவதுமாக உள்ளது. தலையின் பின்புறத்தில் ஏதாவது ஊர்வது போல இருக்கிறது. இதில் இருந்து விடுபட மருத்துவ ஆலோசனை தெரிவியுங்கள்.

- முகமது இக்பால், சென்னை

தலை எப்போதும் பாரமாக இருப்பது உடலின் பலகீனத்தை குறிக்கிறது. உடல் ஆரோக்கியமாக இருந்தால் நீர் பிடிக்காது. அடிக்கடி தலையில் தண்ணீர் ஊற்றக் கூடாது. வாரம் ஒருமுறை, நல்லெண்ணெயில் மிளகு தட்டி போட்டு காய்ச்சி தலைக்கு தேய்க்கவும்.

கீழ்க்கண்ட தைலத்தை காய்ச்சி வாரம் இருமுறை தலைக்கு குளித்து வந்தால் பீனசம், மூக்கில் சளி, காதில் மந்தம், தொண்டை கரகரப்பு குணம் ஆகும்.

நல்லெண்ணெய் அரை லிட்டர், குருத்தட்டி வேர், ஜடாமாஞ்சி 20 கிராம், பச்சிலை 8 கிராம் ஆகியவைகளை வாங்கிக் கொள்ளவும். நல்லெண்ணெயில் மூன்றையும் ஒன்றிரண்டாக இடித்துப் போட்டு

அகலமான வாணலியில் வைத்து சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும். சிடு சிடுப்பு குறைந்து வாசனை கிளம்பும் போது இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இது சிறந்த தைலமாகும். பீனச நோய் உள்ளவர்களுக்கு உகந்தது. தலை பாரத்தை நீக்கும்.

கண்கள் சிகப்பாக ஆகும்போது படிகாரம் 10 கிராம் வாங்கி தூள் செய்து மண் சட்டியில் போட்டு அடுப்பிலேற்றி எரிக்கவும். படிகாரம் உருகி சிறிது நேரம் ஆன பின் பொறிந்து விடும். அதை எடுத்து புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அதில் ஒரு மிளகு அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் சுத்தமான நீரில் கலக்கி அடிக்கடி கண்ணில் விட்டுக் கொள்ளவும். கண்ணில் வரும் பிற நோய்களை இது குணப்படுத்தும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 50. கடந்த 3 வருடங்களாக ஒற்றைத் தலைவலியால் அவதிப்படுகிறேன். என்னால் முடிந்த அளவு எவ்வளவோ மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணம் இல்லை. தாங்கள் என் மீது இரக்கம் கொண்டு என் நோயை தீர்க்க உதவி செய்ய கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ். குழந்தைசாமி, பேராவூர்

ஒற்றைத் தலைவலி உள்ளவர்களுக்கு இருநெற்றிப் பொட்டுகளிலும் (கன்னத்தின் மேல்பகுதி) ஏதாவது ஒன்றில் நரம்பு துடிப்பு உண்டாகும். அதிவேகமாக ரத்தம் ஓடுவதாலும் அல்லது தடை ஏற்பட்டாலும் ஒற்றைத் தலைவலி வரும். அப்படி வரும்போது இரண்டு நெற்றிப் பொட்டுகளிலும் இரண்டு பெரு விரல்களால் நரம்பு துடிக்கும் இடத்தில் அழுத்தி 2 நிமிடம் பிடிக்கவும். அடுத்த நிமிடம் தலைவலிபோய்விடும்.

ஒற்றைத் தலைவலிக்கு மருந்து: வில்வ இலைகள் 7 எடுத்து, நன்றாக அரைத்து ஒரு கரண்டி நல்லெண்ணெயில் போட்டு 3 மிளகு பொடி செய்து அதனுடன் சேர்த்துக் காய்ச்ச வேண்டும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் கீழே இறக்கி, லேசான சூட்டுடன் தலையில் தேய்த்து சீயக்காய் போட்டு வெந்நீரில் குளிக்கவும். குளித்தவுடன் சூடான ரசம் சாதம் சாப்பிட்டுவிட்டு கம்பளிப் போர்த்தி படுக்கவும். முடிந்தால் தூங்கலாம். அதிகாலை 4 மணிக்கு இப்படி செய்ய வேண்டும். ஒன்றிரண்டு தடவை இப்படி செய்தால் மீண்டும் ஒற்றைத் தலைவலி வராது.

ஐயா, என் வயது 19. கடந்த 6 மாதங்களாக நான் உட்கார்ந்து எழுந்திருக்கும் போதும் தலை கீழாக குனிந்தாலும், கிறுகிறுப்பாக உள்ளது. கண்கள் இருண்டு விடுகிறது. என் உடல்

இளைத்து உள்ளது. இது என்ன வியாதி என்றும், இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்றும் விவரமாக தெரிவியுங்கள்.

ப. பன்னீர்செல்வம், திருப்பூர்

உங்கள் நோய் பலகீனம்தான். உலர்ந்த திராட்சை, நெல்லி முள்ளி,நன்னாரி இந்த மூன்றிலும் 20 கிராம் வீதம் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். நன்னாரியை இடித்து, நைசாக துணியை ஒரு சிறுபாத்திரத்தில் மூடி, அதில் இடித்ததை போட்டு விரலால் தேய்த்தால் சன்னமான பொடியாக வரும். பிறகு நெல்லி முள்ளியையும் சேர்த்து இடிக்கவும். அதனுடன் நன்னாரி பொடியை கலக்கவும்.

இது லேகியம் போல் பதமாக இருக்கும். இதனுடன் தேன் அல்லது நெய் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

காலை, மாலை ஒரு கழற்சிக்காய் அளவுக்கு இதில் எடுத்துச் சாப்பிட வேண்டும். தலைசுற்றல், கிறுகிறுப்பு, உடல் பலகீனம் குணமாகும்.

சிறு வயதில் தாய் தந்தையர் குழந்தைகளுக்கு வயதுக்கு தக்கபடி பேதிக்கு கொடுக்காததால் இது போல் நோய் வருகிறது.

ஐயா! என் தலையில் பத்து, பத்தாக உள்ளது. சொறிந்தால் செதில்களாக பெயர்ந்து வருகிறது. தோல் சம்பந்தப்பட்ட வைத்தியரிடம் எவ்வளவோ மருந்து சாப்பிட்டும் குணமாக வில்லை. ஆகவே மூலிகை வைத்தியப்படி குணமாவதற்கு நீங்கள் உதவி செய்யுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- பாலசுப்பிரமணியம், அறங்குடி, தஞ்சை

நன்றாக பழுத்த வில்வ பழத்தின் ஓட்டை நீக்கிவிட்டு அதில் இருக்கும் சதையை மட்டும் எடுத்துக் கொள்ளவும். அதனுடன் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கோரைக் கிழங்கை சம எடை சேர்த்து தண்ணீர் விட்டு அரைத்து குழம்பாக்கி தலையில் தடவிக் கொள்ளவும். மாலையில் தேய்த்துக் கொண்டு காலையில் வெந்நீரில் குளிக்கவும். இப்படி 20 நாட்கள் செய்தால் தலையில் உள்ள கண்டுப்படை ஒழிந்து விடும். இதற்கு பத்தியம் எதுவும் கிடையாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 25. ஏறத்தாழ 20 வருடங்களாக சில சமயங்களில் ஒரு பக்கமும், சில சமயங்களில் இரு பக்கமும் தலைவலி ஏற்படுகிறது. வலது பக்கம் தலைவலி அதிகமாகி வருகிறது. எனக்கு திருமணம் ஆகிவிட்டது. தயவு செய்து இதில் இருந்து தப்பிக்க வழி சொல்லுங்கள்.

- பி. சுப்பிரமணியன், பட்டுக்கோட்டை

வெற்றிலை, நல்வேளை என்னும் மூலிகை இலை, அறுகம்புல் இம்மூன்றையும் ஒரு கைப்பிடி அளவு எடுத்து சேர்த்து கசக்கிப் பிழிந்தால் சாறு வரும். எந்தப் பக்கம் வலி இருக்கிறதோ, அதற்கு எதிர்பக்கத்தில் காதில் இந்த சாறை விடவும். இப்படி 2 நாட்கள் செய்தால் ஒற்றைத் தலைவலி குணமாகும்.

இன்னொரு எளிய மருத்தும் உண்டு. ஆரஞ்சு பழத் தோலை அழுத் தினால் ஒருவித சாறு கசியும். இதை கோழி இறகினால் எடுத்து இரண்டு காதுகளுக்கு உள்ளே தடவினால் மறு நிமிடத்தில் இருந்தே வலி குறையத் தொடங்கும். பிறகு பூரண குணமாகும். சில நாட்கள் தொடர்ந்து இப்படி செய்தால் நல்லது.

ஐயா! எனக்கு 50 வயது ஆகிறது. கடந்த 5 ஆண்டுகளாக தலையில் பொடுகு மாதிரி ஏற்பட்டு சொரிந்தால் சிரங்கு படை போல் படை படையாக வருகிறது. இதனால் தலைமுடி உதிர்கிறது. தலை அரிப்பு ஏற்படுகிறது. சீயக்காய், ஷாம்பு போன்றவை உபயோகித்துப் பார்த்தேன். இருப்பினும் பயன் இல்லை. நீங்கள் ஏதாவது மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- கே.மாரிமுத்து, திருச்சி-2

இந்த நோய் பலருக்கு வருவதுண்டு. பொடுதலை என்னும் மூலிகையை கொண்டு வந்து அலம்பி, பசும்பால் வேண்டிய அளவு விட்டு இடித்து ஒரு லிட்டர் சாறு எடுத்துக் கொளளவும். அதை ஒரு லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயுடன் கலந்து சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும். தைல பதத்தில் இறக்க வேண்டும். அதற்கு முன் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் இருக்கும் கிச்சிலிக் கிழங்கு 20 கிராம் வாங்கி பொடி செய்து எண்ணெயில் போடவும். பிறகு இறக்கி, அதில் பச்சைக் கற்பூரம் 2 கிராம் பொடி செய்து தூவி விடவும். இந்த எண்ணெயை பாட்டிலில் அடைத்து வைத்துக் கொண்டு தினசரி தலையில் எண்ணைக்குப் பதில் தேய்த்து, சீவிக் கொள்ளலாம். விரைவில் பொடுகு நீங்கிவிடும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 28. திருமணமாகி ஒரு பையன் இருக்கிறான். நான் வீட்டு வேலைகளைச் செய்து கொண்டிருக்கும்போது திடீர் என்று தலைசுற்றல் ஏற்படுகிறது. அடிக்கடி இதுபோல் வருகிறது. கொஞ்ச நேரம் அப்படியே எதையாவது பிடித்துக் கொண்டு நின்றால் சரியாகி விடுகிறது. இது எதனால் ஏற்படுகிறது? இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும்?

- எஸ்.சாந்தா, மதுரை

இப்படி திடீர் என்று தலை கிறுகிறப்பு ஏற்படுவதை பிளட் பிரஷர் என்று ஆங்கில மருத்துவர்கள் கூறி விடுவார்கள். உடலில் பித்தம் அதிகரித்தால் உஷ்ணம் அதிகமாகும். இதனால் ரத்தக் கொதிப்பு உண்டாகும்.

ரத்தம் கொதிப்பதனால் ரத்தம் வேகமாக ஓடும். இதனால் தலையில் ரத்தம் ஏறி கிறுகிறுப்பு உண்டாகும். பித்தம் அதிகமாகும் போது வாய் கசப்பு, குமட்டல், வாந்தி, காமாலை போன்றவை உண்டாகும்.

வாந்தியாகுது பாட்டி என்றதும் 'இஞ்சி தட்டி சாப்பிடப்பா' என்பார்கள் நம்மை வளர்த்த பாட்டிமார்.

தோல் சீவிய இஞ்சி ஒரு அங்குலம் எடுத்து அம்மியில் அரைத்து 2 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கலக்கவும். அதை அரை மணிநேரம் தெளிய வைத்து லேசாக தண்ணீரை வடித்து எடுக்கவும்.

இதனுடன் சிறிது தேன் சேர்த்து காலை வெறும் வயிற்றில் 48 நாட்களுக்கு சாப்பிடவும். மேற்படி சாறுடன் எலுமிச்சம்பழ சாறும் கொஞ்சம் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

ஒரு பலம் சீரகத்தை ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் போட்டு சீரகம் கறுப்பு நிறமாகும் வரையில் காய்ச்சி இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை தலைக்கு தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்கவும். எண்ணெய் தேய்த்துக் கொண்ட அன்று மோர் உபயோகிக்கக் கூடாது. மற்ற நாட்களில் வேண்டிய அளவு மோர் உபயோகித்தல் நல்லது. இதனால் பித்தம் குறையும்.

ஐயா! என் அத்தைக்கு வயது 34. அவர்களுக்கு 3 வருடத்திற்கு முன்பு திடீர் தலைவலி வருவதாக சொன்னார்கள். பெரிய ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்தார்கள். அங்கு டாக்டர்கள் பார்த்து தலையில் நீர் இருக்கிறது என்று சொல்லி ஆபரேசன் செய்தார்கள். இப்போது தலைக்குள் டியூப் கொடுத்து அந்த நீர் சிறு நீர் வழியாக வருகிறது. ஆபரேசன் நடந்ததில் இருந்து 3 வருடங்களாக கண் தெரியவில்லை. அவர்கள் மனம் வெறுத்த நிலையில் இருக்கிறார்கள். குழந்தைகளும் உண்டு. எனவே இதற்கு உடனடியாக பதில் தெரிவியுங்கள்.

தலை என்பது தேவலோகம். அதில் எந்த பாரிசத்திலும் அறுவை சிகிச்சை செய்ய ஆபத்தைத் தரும். உங்கள் அத்தைக்கு முற்றிய தேங்காயை திருகி துணியில் அதை வைத்து பிழிந்து பால் எடுத்து காலை மாலை கண்களில் ஊற்றவும். தினமும் 40 நாட்கள் செய்தால் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு 5 வருடங்களாக தலைவலி அடிக்கடி வருகிறது. எண்ணை தேய்த்து குளித்தாலும், சோப்பு தலையில் உபயோகித்தாலும் தலைவலி வந்து விடுகிறது. ஆகவே இதற்கு வைத்திய முறையை கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- ஏ.கந்தசாமி, கல்லக்குடி

ஐயா! எனக்கு வயது 25. சில நாட்களாக நெஞ்சில் கபம் போன்று சளி கோளாறு காரணமாக தொண்டை, மூக்கு அடைத்துக் கொண்டு மூச்சு விடுவதற்கு கஷ்டமாக உள்ளது. தலை பாரமாக இருக்கிறது. வயிற்றில் புண் இருப்பது போல் தெரிகிறது. அதனால் சரியாக சாப்பிட முடியவில்லை. இரவில் சிறுநீர் அதிகமாக கழிகிறது. தாங்கள் இந் நோய்களை குணப்படுத்த மருந்து கூறுங்கள்.

- நடராசன், துறையூர்

சளி, மூக்கடைப்பு, சுவாச அடைப்பு முதலியன உடலில் உள்ள அதிக உஷ்ணத்தினாலும், பலகீனத்தினாலும் உண்டாகும். அநேகமாக ரத்தக் குறைவு உள்ளவர்களுக்கு இதுபோன்ற தொல்லைகள் தொடரும்.

கரிசாலை என்னும் கரிப்பான் செடிகளை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சலித்து சூரணமாக்கிக் கொண்டு அந்த சூரணத்தின் அளவுக்கு லேசாக வறுத்து இடித்த மிளகு தூள் பத்தில் ஒரு பங்கு கலந்து ஒரு புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். காலை வெறும் வயிற்றில் அரைத் தேக்கரண்டி அளவு சூரணத்தை எடுத்து தேன் விட்டு குழப்பிச் சாப்பிடவும். அதேபோல் மாலை 6 மணிக்கு ஒரு வேளை சாப்பிடவும்.

வில்வ இலையை இடித்து பிழிந்த சாறு 200 மில்லி, நல்லெண்ணெய் 200 மில்லி எடுத்து. இரண்டையும் கலந்து கொள்ளவும். கருஞ்சீரகம் 10 கிராம் பொடி செய்து அந்த எண்ணெயில் போட்டு கலக்கி அடுப்பிலேற்றி நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் காய்ச்சி இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை வாரம் ஒரு நாள் ஒன்று அல்லது இரண்டு நாள் தலையில் தேய்த்து ஒரு மணிநேரம் ஊற வைத்து, சீயக்காய் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்கவும், தங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 17 ஆகிறது. எனக்கு சிறு வயதில் இருந்து அடிக்கடி தலைவலி, மயக்கம் வருகிறது. எதையாவது நினைத் தால் தலைவலி வருகிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்து பார்த்ததில் ஒன்றுமில்லை என்று டாக்டர் கூறி விட்டார். மாத்திரை, டானிக் கொடுத்தார்கள். நோய் தீரவில்லை. நீங்கள்தான் இக்நோயைக் குணப்படுத்த வேண்டும்.

- எம்.ரதம்பாஷா, அச்சிறுபாக்கம்

ஐயா! என் வயது 21. கடந்த 6 மாதங்களாக தலை வலியும், தலை பாரமும் இருக்கிறது. அடிக்கடி மயக்கமும் வருகிறது. எத்தனையோ டாக்டர்களிடம் சோதித்து மருந்து சாப்பிட்டும்

குணமாகவில்லை. ஆகவே தாங்கள் இதற்கு மருத்துவ ஆலோசனை கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- ஏ.எம். முகைதீன் ஷா, திருவல்லிக்கேணி

இந்த இளம் வயதில் முதியவர்களுக்கு வரும் தலைவலி, மயக்கம் முதலியவை தங்களுக்கு வருவது உடல் பலகீனத்தை மட்டுமின்றி பித்தம் அதிகமாக இருப்பதையும் குறிக்கிறது.

இஞ்சி 50 கிராம் வாங்கி மேல் தோலை நீக்கி சிறு துண்டுகளாக்கவும். சீரகம், இந்துப்பு ஆகியவைகளும் தலா 50 கிராம் வாங்கவும். இந்த மூன்றையும் ஒன்றாக போட்டு 2 பீங்கான் கோப்பை அளவு எலுமிச்சம் பழச்சாறு கலந்து அவை மூழ்கும்படி ஊற்றவும். அதை அப்படியே வெயிலில் சாறு உலரும் வரை வைக்கவும்.பிறகு எடுத்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை 5 அல்லது 6 இஞ்சித் துண்டுகளை வாயில் போட்டு மென்று தின்னவும். தலைவலி, மயக்கம், தலைபாரம் முதலியவைகள் நீங்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 35 ஆகிறது. நான் கடந்த வருடம் அக்டோபர் மாதம் ஒரு நாள் தெருவில் நடந்து போய்க் கொண்டிருந்தபோது திடீரென் தலையை வலித்தது. அப்போதே மயக்கம் ஏற்பட்டு என்னையறியாமல் கீழே விழுந்து கிடந்து அந்த நேரத்தில் அந்த வழியாகச் சென்றவர்கள் என்னைத் தூக்கிக் கொண்டு போய் ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்து இருக்கிறார்கள். சிகிச்சை அளித்த பிறகு சுய நினைவு ஏற்பட்டது. கறி, நெய், எண்ணெய் சம்பந்தப்பட்ட பலகாரங்கள் சாப்பிடக் கூடாது என்று சொல்லி விட்டார்கள். மருந்து, மாத்திரை இன்றும் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வருகிறேன். ஆனாலும் தலைபாரமாக இருப்பது போன்றும், பிடரியை இழுப்பது போன்றும் முதுகுவலியும் ஏற்படுகிறது. இது என்ன வியாதி? இதற்கான சிகிச்சை முறையை தெரிவிப்பீர்களா?

- கே.வேலு, திருச்சி

வேப்பெண்ணெயை சுட வைத்து அதில் நீர் இல்லையென்று தெரிந்தவுடன் இறக்கி வைத்து ஆறிய பிறகு 'இங்க் பில்லர்' உதவியால் எண்ணெயை எடுத்து மூக்கின் இரண்டு துவாரங்களிலும் விடவும். மூக்குப்பொடி இழுப்பது போல் 'உர்' என்று இழுத்து மூக்கு சிந்தவும். இவ்விதம், தலை பாரம் குறையும் வரையில் செய்யவும். இப்படி செய்துவந்தால் தலை பாரம் குறைந்து விடும்.

அசுவகந்தி எனும் அமுக்கிராக்கிழங்கு நாட்டு மருந்து கடையில் 100 கிராம் வாங்கி அதை இடித்து பொடி செய்து சலிக்கவும். அந்த பொடி அளவில் 10ல் 1 பங்கு சுக்குதூளை அமுக்கிராத் தூளில் கலக்கவும்.

100 கிராம் பனை வெல்லத்தை சூர்ணத்துடன் சேர்த்து கலக்கி வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை, வெறும் வயிற்றில் நெல்லிக் காய் அளவு சாப்பிடவும். தங்கள் வயிற்றில் உண்டாகும் வாயு கீழ் நோக்கி போகும். நாடித் துடிப்பும் மேலோங்கும்.

புலால் வகைகள், எண்ணெய் பலகாரங்கள் சாப்பிடாதீர்கள். கண்களுக்கு சுத்தமான நல்லெண்ணெயை விட்டு தினமும் பாலிஷ் செய்து கொள்ளுங்கள். ஆங்கில மருந்துகளை நிறுத்தி விடுங்கள்.

ஐயா! எனக்கு 22 வயது ஆகிறது. அடிக்கடி ஒற்றைத் தலைவலி வந்து அவஸ்தைப்படுகிறேன். வலி வரும்போது இடது பக்க கண் மங்கலாகவும், பொருட்கள் இரண்டாகவும் தெரிகிறது. இதைக் குணப்படுத்த தங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- எஸ்.ஜுபருல்லாகான், மதுரை -9

ஒற்றைத் தலைவலி என்பது அநேகமாக பித்தம் மிகுதியால் வரக் கூடியது. சிலருக்கு அப்போது குமட்டலாகும். வாந்தியும் வரும். இதை பெரியவர்கள், பித்த தலைவலி என்பார்கள். கன்னத்தில் உள்ள நரம்பு வலிக்கும். பக்கத்து கண்ணும் வலிக்கும்.

வெள்ளை பூ பூக்கும் தைவேளை என்ற செடி பலருக்குத் தெரியும். இதன் இலைகள் 3, வெற்றிலை 2 ஆகியவற்றை இடித்து துணியில் கட்டி, வலி இருக்கும் பக்கத்துக்கு எதிர்பக்கக் காதில் சாறு விடவும். இப்படி இரண்டு, மூன்று முறை செய்தால் ஒற்றைத் தலைவலி நீங்கும்.

உடனடியாக நிற்க வேண்டும் என்றால், இஞ்சியை இடித்து துணியில் கட்டி கண்களில் ஓரிரு சொட்டுகள் பிழியவும். மிகவும் எரியும். ஆனால் தலைவலி உடன் குணமாகும்.

வில்வ இலை ஒரு கைப்பிடி, மிளகு 10 சேர்த்து நன்றாக அரைத்து 200 மில்லி நல்லெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும்.

சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும், இறக்கி புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். அதிகாலையில் எழுந்து இந்த எண்ணெயை தலையில் தேய்த்து ஊறிய பின், வெந்நீரில் குளிக்கவும். பிறகு போர்த்திக் கொண்டு படுத்துத் தூங்கவும். ஓரிருமுறை இவ்விதம் செய்தால் பலவித தலைவலி நோய் தீரும். மேற்சொன்ன 3 முறைகளையும் கடைப்பிடித்து குணமடையலாம்.

ஐயா! எனக்கு 14 வயது முதல் அடிக்கடி தலைவலி வருகிறது. கண்ணாடி போட்டுக் கொண்டேன். மருந்தும் சாப்பிட்டேன். குணமடையவில்லை. தற்போது எனக்கு வயது 50. இன்றும்

கேள்வி: ஐயா, எனக்கு வயது 16. என் தலையில் எவ்வளவு எண்ணெய் வைத்தாலும் 2 மணி நேரத்தில் எண்ணெய் தேய்க்காதது போல் செம்பட்டையாக இருக்கிறது. என் முடி கருப்பாக இருக்கவும், வளர்ச்சி அடையவும் தாங்கள் மருந்து சொல்ல வேண்டும்.

- டி.சாந்தி, என்.கோவில்பட்டி

பதில்: செம்பட்டையாக இருக்கும் முடி நீளமாக இருந்தால், பாதி அளவு வெட்டிக் கொள்ளலாம். பிறகு கீழ்க்கண்ட தைலத்தை காய்ச்சி தலைக்கு தினமும் தடவவும்.

பொன்னாங்கண்ணி இலையை கொடியுடன் இடித்து அதன் சாறு 1/2 லிட்டர், கரிசாலை என்னும் கரிப்பான் சாறு 1/2 லிட்டர், பசும்பால் 1/2 லிட்டர், நல்லெண்ணெய் 1/2 லிட்டர் இவற்றை ஒன்றாக ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும்.

கொல்லன் உலையில் இரும்பு கிட்டம் என்று ஒன்று உண்டு. கொல்லரைக் கேட்டால் கொடுப்பார். அதில் 50 கிராம் அளவு எடுத்து பொடி செய்து அதையும் இதில் போட்டு காய்ச்சவும்.

சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும், எண்ணெய் திரண்டு வரும். உடனே இறக்கி, ஆற வைத்து வடிகட்டி, புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். பிரதி தினமும் இதை தலையில் தடவி முடியை சீவிக் கொள்ளுங்கள்.

ஐயா! எனக்கு வயது 26 ஆகிறது. தலைமுடி அதிகமாக நரைத்து விட்டது. டாக்டரிடம் யோசனை கேட்டும ஒன்றும் நடக்கவில்லை. தாங்கள் இதற்கு ஒரு வழி தெரிவியுங்கள்.

- எஸ்.மாயகிருஷ்ணன், மேல் திருப்பாலக்குடி

தேங்காய் ஓட்டை சுட்டு கரியாக்கி அரைத்து பொடி செய்யவும். அதில் 100 கிராம் அளவு எடுத்து அரை லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயில் சிறுக சிறுக போட்டு குழப்பி ஒரு புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதை கொஞ்சம் தலையில் விட்டு தடவினால் வெள்ளை முடி கறுப்பாக தோன்றும். நீங்கள் குறைந்த வயது உடையவராக இருப்பதால் நரைமுடி மாறிவிடக் கூடும்.

ஐயா! எனக்கு 23 வயது ஆகிறது. என் தலைமுடி நரை விழுகிறது. 20 வயதில் ஒன்றிரண்டு இருந்தது. இப்போது அதிகரித்து விட்டது. இந்த நரை முடியை மறுபடியும் கறுப்பாக மாற்ற வழி என்ன?

- ஆர்.பூபதி, தென்காசி

கடுக்காய் 200 கிராம் வாங்கி, அதை கொட்டை நீக்கி தோலை மட்டும் எடுத்து இடித்து பாத்திரத்தில் போடவும். அதில் கரிசலாங்கண்ணி என்னும் கையாந்தகரை சாறு ஒரு லிட்டர் ஊற்றவும்.பச்சை கற்பூரம் 2 கிராம் பொடி செய்து போடவும். இதை ஒன்றாகக் கலக்கி ஒரு ஜாடியில் ஊற்றி ஒரு வாரம் வெயிலில் வைக்கவும்.பின்னர் அதை எடுத்து பிசைந்து துணி யில் வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும். இது பார்ப்பதற்கு கறுப்பாக இருக்கும்.

இதை தினமும் தலைக்கு தேய்த்துக் கொண்டு சீப்பால் சீவிக் கொள்ளுங்கள். வெள்ளை முடி கறுப்பு நிறமாகி விடும்.

நரை முடியை நீக்க ரசாயனப் பொருட்களால் செய்த மருந்தை போட் டால் இதனால் கண் சீக்கரம் கெட்டுப் போகும். பிரம்மாத்திரம் என்னும் உச்சி பழுதுபட்டு ஞாபக சக்தி குறைவு, பைத்தியம் முதலியன உண் டாகும். அத்தகைய மருந்துகளை உபயோகப்படுத்துவதை விட இந்த மூலிகை மருந்துகளை உபயோகித்தால் பல நன்மைகள் உண்டு. கபம் சேராது. தலை கறுப்பாக இருக்கும். இதை அடிக்கடி உபயோகியுங்கள்.

ஐயா! எனக்கு 18 வயதில் ஒரு மகள் இருக்கிறாள். அவளுக்கு தலைமுடி இப்போதே நரைக்கிறது. கையாந்தகரை, பச்சை கற்பூரம், கடுக்காய் தோல் ஆகியவைகளை தைலமாக தேய்த்து உபயோகிக்கவும் என்று தாங்கள் கூறி இருந்தீர்கள். அதைப் பற்றி இன்னும் விளக்கமாக தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- சி.சண்முகராம், திருவல்லிக்கேணி

கையாந்தகரை சாறு, நல்லெண்ணெயை தலா ஒரு லிட்டர் எடுத்துக் கொண்டு கலந்து அடுப்பில் வைத்து காய்ச்சவும். சூடு ஏறியதும் அதில் கொல்லன் கிட்டம் (கொல்லன் உலைகளில் கேட்டால் கொடுப்பார்கள்) 50 கிராம் அளவுக்குப் பொடி செய்து போட்டு மீண்டும் காய்ச்சவும். தைல பக்குவம் வரும்போது இறக்கி அதில் பச்சை கற்பூரத்தைப் பொடி செய்து 2 சிட்டிகை போடவும்.

பிறகு வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதை தினசரி தலையில் தேய்த்து தலைவாரிக் கொள்ளலாம். தொடர்ந்து செய்து வந்தால் இளநரை மறையும்.

ஐயா! இன்றைய இளைஞர்களின் மிக முக்கியமான குறைகளில் ஒன்று, தலைமுடி உதிர்வதாகவும். எனக்கு 20 வயது ஆகிறது. ஆனால் தலையின் பின்புறம் முடி உதிர்கிறது.

ஊசி போட்டேன். மாத்திரை சாப்பிட்டேன். ஒன்றும் பலன் தரவில்லை. பலருக்கு இதேபோல் இருப்பதைக் காண்கிறேன். ஆகவே அருள் கூர்ந்து இதற்கு ஒரு வழி கூறுங்கள்.

- ஜி. சங்கபாஷியம், புதுக்கோட்டை

செம்பரத்தன் பூ 50 கிராம், சீரகம் 4 தேக்கரண்டி இரண்டையும் அரைத்து அரை லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயில் போடவும்.

நகம் என்னும் நாகணம் 10 கிராம் வாங்கி பொடி செய்து எண்ணெயில் போட்டு சிறு தீயாக எரிக்கவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கி வடிகட்டி ஆறிய பின் புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதை தினசரி தலைக்கு தடவிக் கொண்டு தலைவாரிக் கொண்டால் முடி உதிராது. கண்ணுக்கு குளிர்ச்சி தரும்.

ஐயா! என் தலையில் உள்ள முடி உதிர்கிறது. 3 நாட்களுக்கு ஒரு தடவை தலைக்கு அரப்புத் தூள் தேய்த்துக் குளிக்கிறேன். மேலும் தற்சமயம் தலையில் பொடுகு போன்று உள்ளது. அரிப்பு ஏற்படுகிறது. இதை போக்கி முடி கொட்டாமல் இருக்க எனக்கு வழி சொல்லுங்கள்.

- சி. ஈசுவரன், கோவை

தலையில் பொடுகு சேர்ந்தால் முடி உதிரும். பொடுதலை, கரிசான், மணத்தக்காளி இந்த மூன்றையும் இடித்து சாறு பிழிந்து, அரை லிட்டர் எடுத்துக் கொள்ளவும். அதை அரை லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சி வைத்து கொண்டு தினசரி இதை தலைக்கு தேய்த்து வந்தால் முடி உதிருவது நின்று விடும். கடையில் வாங்கும் தேங்காய் எண்ணெயை விட 15 தேங்காய்களை உடைத்து திருகி ஒரு லிட்டர் பாலை காய்ச்சி எண்ணெய் எடுத்து செய்தால் நல்லது.

ஐயா! எனக்கு வயது 23. நான் தினசரி காலையும் மாலையும் பச்சை தண்ணீரில் குளிப்பேன். ஆனால் குளித்துவிட்டு தலை வாரினால் சீப்பில் நிறைய தலை முடிகள் உதிர்ந்து வந்து விடுகின்றன. இப்படி ஏராளமான முடிகள் உதிர்ந்து கொண்டே போகின்றன. போகிற போக்கைப் பார்த்தால் விரைவில் கிழவன் போல் தலை வழுக்கையாகி விடும் போல் தெரிகிறது. இன்னும் எனக்கு திருமணம் ஆகவில்லை. தலை வழுக்கையினால் அதுவும் சிரமமாகி விடும். ஆகவே என் பிரச்சினையை தீர்க்க உதவுங்கள்.

- சி.மாடசாமி, ஆயிரம் விளக்கு, சென்னை.

சென்னையைச் சேர்ந்த பல வாலிபர்கள் இதுபோல் கடிதங்கள் எழுதிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். ஒரு வேளை சென்னையின் தண்ணீரால் இந்த பாதிப்பு ஏற்படக் கூடும்.

பச்சிலை கடைகளில் மருதாணி இலைகள் கேட்டால் கொடுப்பார்கள். அதை வாங்கி வந்து பசும்பால் தெளித்து இடித்து ஒரு லிட்டர் சாறு எடுக்கவும். ஒரு லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயுடன் இந்தச் சாறை கலந்து அடுப்பில் வைத்து காய்ச்சவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவம் வந்ததும், கிச்சிலி கிழங்கு 10 கிராம், அதிமதுரம் 15 கிராம் (நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்) பொடி செய்து போட்டு இறக்கி விடவும். ஆறிய பிறகு வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொண்டு தினசரி இதை தலைக்கு எண்ணெயாக உபயோகித்து வந்தால் முடி உதிர்வது நின்று விடும். ஆண்களும், பெண்களும் இதை உபயோகிக்கலாம்.

ஐயா! எனக்கு வயது 23 ஆகிறது. எனது தலையில் இரண்டு மாதங்களாக பூச்சி வெட்டு போல் [சொட்டையாக] உள்ளது. இரண்டொரு இடங்களில் சிறிது சிறிதாக பூச்சி வெட்டு போல உள்ளது. அது நாளடைவில் பெரிதாக பரவிக் கொண்டு இருக்கிறது. இன்னும் அதிகமாக பரவி விடுமோ என்று பயமாக இருக்கிறது. இந்த நோயை குணப்படுத்துவதற்கு நல்ல மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- கே. ராஜமாணிக்கம், கும்பகோணம்.

தலையின் முடிகளின் வேர்களை பூச்சிகள் தின்பதால் சொட்டைகள் விழும். இதற்கு பன்றி நெய் 1 பங்கு, தேங்காய் எண்ணெய் 2 பங்கு எடுத்து இரண்டையும் கலக்கி பக்குவமாக காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு சொட்டைகளில் அடிக்கடி தடவி வந்தால் முடி வளரும்.

ஐயா! என் வயது 25. நான் தொடர்ந்து தலைக்கு தேங்காய் எண்ணெய் தேய்த்து வருகிறேன். தலை முடியும், அடர்த்தியாக உள்ளது. தினமும் காவேரி ஆற்றில் குளிக்கிறேன். ஆனால் இடைப்பட்ட காலத்தில் முடி செம்பட்டை நிறமாக இருக்கிறது. இதற்கு மருந்து தெரிவியுங்கள்.

- என்.என்.ராஜா, திருச்சி.

தேங்காய் எண்ணை 1/2 கிலோ ஒரு அகலமான பாத்திரத்தில் ஊற்றிக் கொள்ளவும். செம்பரத்தம்பூ ஒன்பது இதழ்களை தனித்தனியே எடுத்து அந்த எண்ணெயில் போடவும். கொல்லன் உலையில் இரும்புச் சத்துள்ள கிட்டம் கிடைக்கும். அ தை கொண்டு வந்து 30 கிராம் அளவு தூள் செய்து அந்த எண்ணையில் போடவும். பிறகு அதை வெயிலில் பத்து நாட்கள் வைக்கவும். தினமும் அதை கலக்கி வரவும். பிறகு அதை எடுத்து மேலோடு வடித்து ஒரு புட்டியில் அடைக்கவும். இதை தினமும் தலையில் தடவி வந்தால் முடி கறுக்கும். இளநரை உள்ளவர்களும் இதைத் தடவலாம்.

ஐயா எனக்கு வயது 17 ஆகிறது. சிறு வயதிலேயே முடி வெள்ளை ஆகிவிட்டது. என்னுடன் படிக்கும் மாணவர்கள் என்னை கிழவா! கிழவா என்று அழைக்கின்றனர். என் மனம் உடைந்து விடுகிறது. நீங்கள்தான் இதற்கு மருந்து சொல்ல வேண்டும்.

- பி.டி.எஸ். செல்வராஜ், வடசித்தூர்

தங்களுக்கு சிறு வயதாக இருப்பதால் வெண்மை முடி மாறக் கூடும். கீழ்க்கண்டவற்றை தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு தினமும் அத் தைலத்தை தடவி சீவிக் கொண்டு வந்தால் நல்ல பலன் காணலாம்.

கரிசலை என்னும் கரிசலாங்கண்ணி சாறு அரை லிட்டர், நீலி என்ற அவுரி சாறு அரை லிட்டர், நல்லெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் இம்மூன்றையும் கலக்கி ஒரு இரும்பு வாணலியில் இட்டு கொல்லன் உலையில் கிடைக்கும் கிட்டம் 100 கிராம் பொடி செய்து போட்டு அடுப்பேற்றி காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியவுடன் எண்ணெயை இறக்கி ஆற வைத்து, புட்டியில் அடைத்து மேற்சொன்னபடி உபயோகிக்கவும். மேற்சொன்னபடி எண்ணையை தயார் செய்ய முடியா விட்டால், கீழ்க்கண்ட எண்ணெயை தயார் செய்து கொள்ளவும்.

நல்லெண்ணை ஒரு லிட்டர் எடுத்து செம்பரத்தம் பூ 50 அரைத்து எண்ணெயில் கலக்கி காய்ச்சவும். மேற்சொன்ன பக்குவத்தில் காய்ச்சி இறக்கி பிரதி தினமும் தடவி வந்தால் இளநரை மாறக் கூடும்.

ஐயா! என் தலைமுடி வெகு வேகமாக உதிர்கிறது. ஆங்காங்கே ஒரு ரூபாய் நாணயம் அளவில் சொட்டையாக இருக்கிறது. அந்த இடத்தில் முடி வளருவதில்லை.
இதே நிலையில் போனால் என் வாழ்வு அதிக நாள் இல்லை. எனது வயது 24. தற்கொலை செய்யலாம் என்ற எண்ணம் வருகிறது. இதைவிட வேறு வழியில்லை. உடனடியாக பதில் தெரிவியுங்கள்.

- ஆர்.எஸ். குமார், சென்னை

நீலி பிருங்காதி தைலம் என்ற தைலம் சித்த வைத்தியரிடமும், ஆயுர் வைத்தியர்களிடமும் கிடைக்கும். இதை வாங்கி தலையில் தடவி சீவிக் கொள்ளவும்.

பெரிய வெங்காயத்தை இரண்டாக அறுத்து, அறுக்கப்பட்ட பாகத்தை சொட்டைகளிலுள்ள இடத்தில் தேய்க்கவும். இப்படி தேய்த்துக் கொண்டே வந்தால் சொட்டைகள் உள்ள இடத்தில் முடி வளரும்.

ஐயா! எனக்கு 21 வயது ஆகிறது. கடந்த 2 வருடங்களாக நான் தலை சீவிக் கொள்ளும் போது சீப்பில் முடிகள் உதிர்ந்து வருகின்றன. இதற்கு மருந்து சொல்லும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- க.முத்து ராமலிங்கம், சாத்தான்குளம்

தலைமுடி உதிருவதைப் பற்றி பலர் அடிக்கடி கேள்விகளை கேட்கிறார்கள். சித்தா செங்கழுநீர் என்ற மூலிகை உள்ளது. இதைக் கொண்டு வந்து இடித்து அரை லிட்டர் சாறு எடுக்கவும். அதை அரை லிட்டர் நல்லெண்ணெயுடன் கலந்து வைக்கவும். அதிமதுரம் 25 கிராம், ஜடாமாஞ்சி 25 கிராம் வாங்கி பசும்பால் விட்டு நன்றாக அரைக்கவும். அதிமதுர குச்சிகளை எடுத்து விட்டு நல்லெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும்.

தைல பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொண்டு தினசரி இதை தலையில் தேய்த்து சீவிக் கொள்ளவும். இது உடல் உஷ்ணத்தைப் போக்கி முடி உதிர்வதை நிறுத்தும்.

ஐயா! நான் வாரந்தோறும் முட்டையின் வெள்ளைக் கருவை தலையில் தேய்த்துக் குளிக்கிறேன். அப்போது தலை முடி உதிர்ந்து விடுகிறது. இதற்கு என்ன காரணம்? தொடர்ந்து முட்டை தேய்க்கலாமா? மேலும் முடி உதிராமல் இருக்க எளிய தைல முறை சொல்லவும்.

- கி.மணியரசன், பட்டுக்கோட்டை

முட்டை வெண் கருவை தலையில் தேய்த்துக் குளிப்பது எல்லோருக்கும் சரிவராது. உஷ்ண சரீரம் உள்ளவர்கள் தேய்த்தால் முடி உதிரும். உங்களுக்கும் உடல் உஷ்ணம் என்று தெரிகிறது.

தேங்காய் எண்ணை ஒரு லிட்டர் வாங்கவும். 50 செம்பரத்தன் பூவை கொண்டு வந்து நன்றாக அரைத்து தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு இரும்பு சட்டியில் ஊற்றி சிறு தீயாக எரிக்கவும்.

பூ மெழுகு பதமாக வந்து எண்ணெய் பிரிந்த பின் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும். இதை தினசரி தலையில் தடவி தலை வாரி கொள்ளலாம். தொடர்ந்து இதை உபயோகித்து வந்தால் உடல் குளிர்ச்சி அடைந்து முடி உதிர்வது நின்று முடி வளரும்.

ஐயா! எனக்கு 19 வயது ஆகிறது. ஏறத்தாழ 6 மாத காலமாக முடி அதிகமாக உதிர்ந்து கொண்டு வருகிறது. முடி உதிராமல் இருக்க தங்கள் மேலான ஆலோசனையை கூற வேண்டும்.

- கே.ரோஸ்மேரி, பள்ளிவாசல்பட்டி

செம்பரத்தை பூவை தலையில் தேய்ப்பது மிகவும் நல்லது. இது பொடுகு, முடி உதிரல் ஆகியவற்றை குணப்படுத்தும். அரை லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெய் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். 50 செம்பரத்தின் பூவை அம்மியில் வைத்து அரைத்து அதை தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு அடுப்பில் சிறு தீயாக எரிக்கவும். சுரப்பை குறைத்து சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி ஆற வைத்துக் கொண்டு, தினசரி இதை தலையில் தேய்த்து தலைவாரிக் கொள்ளவும். இதைத் தொடர்ந்து உபயோகித்து வந்தால் முடி உதிருவது நிற்கும்.

ஐயா! என் வயது 23. தலைமுடி நரையாகி வருகிறது. ஆகவே இதற்கு நல்ல மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எம்.மனோகரன், ஆர்.எஸ்.புரம், கோயமுத்தூர்.

சிறு வயதிலேயே நரை வருவது பலருக்கு பரம்பரையாக உண்டு. அப்படி இல்லாமலும் சிலருக்கு வருவது உண்டு. நரை வந்து விட்டதே என்ற கவலை இருந்தால், அது இன்னும் அதிகமாகும். நீலி என்ற ஒரு செடி உள்ளது. அதற்கு 'வண்ணான் அவுரி' என்றும் பெயர் உண்டு. அதன் இலைகளை இடித்து பிழிந்த சாறு அரை லிட்டர், நல்லெண்ணெய் அரை லிட்டர், பசும்பால் அரைலிட்டர். இந்த மூன்றையும் சேர்த்து அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரிக்கவும்.

நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கி, யானை தந்தம் கிடைத்தால் அதை வாங்கி சிறு துண்டாக சீவி சுட்டு அதன் கரி அல்லது தேங்காய் சிரட்டை (கொட்டாங்குச்சி) சுட்ட கரியாவது 20 கிராம் அளவு போட்டு கலக்கவும். ஆறிய பிறகு புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொண்டு தினமும் தலையில் தடவி சீவிக் கொள்ளுங்கள். இப்படி சில மாதங்கள் செய்து வந்தால், சிறு வயதில் வந்த நரைமுடி மாறக் கூடும். இதைச் செய்து பயன் பெறுங்கள். கவலைப்படாதீர்கள்.

ஐயா! எனக்கு வயது 16 ஆகிறது. என் தலையில் முடி உதிர்ந்து மண்டை எல்லாம் தெரிகிறது. இதனால் என் மனம் வேதனை அடைகிறது. நானும் மருந்தும், எண்ணெயும், உபயோகப்படுத்தி விட்டேன். ஒரு பயனும் கிடைக்கவில்லை. எனவே இதற்கு தகுந்த மருந்து கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- எஸ்.ஆயிஷாபீவி, திருச்சி.

முடி உதிர்வதற்கு காரணம் உடலில் அதிக வெப்பம் இருப்பதுதான். அந்த வெப்பம் குறைந்தால் முடி உதிரல், உடல் காந்தல், அரிப்பு, சொறி, சிரங்கு முதலியவை குறையும். உணவில் பச்சை மிளகாய், அதிக காரம், அதிக புளி உபயோகித்தால் உடல் காந்தல் ஏற்படும். புலால் சாப்பிடுபவர்கள் கோழி, மீன், கருவாடு, இறால் முதலியவைகளை முடிந்தவரை நீக்க வேண்டும். மோர், நெய் ஆகியவைகளை சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடலை இரண்டாகப் பிளந்து சோறு உள்ள பகுதியை ஒரு அம்மிக் கல்லில் வைத்து வைத்து தேய்த்தால் தண்ணீராக வரும். அந்த சாறு அரை லிட்டர், நாட்டு மருந்து கடையில் கிடைக்கும் ஜடாமாஞ்சி 30 கிராம் (ஒன்றிரண்டாக இடிக்க வேண்டும்), தேங்காய் எண்ணெய் அரை லிட்டர், இந்த மூன்றையும் சேர்ந்து சிறு நெருப்பில் வைத்து காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும், இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதை தினமும் தலைக்கு உபயோகித்து வந்தால், உடல் காந்தல் குறையும். முடி உதிருவதைத் தடுக்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 23. என் முகத்தில் நிறைய பருக்கள் உள்ளன. இதற்கு ஆங்கில மருந்து உபயோகித்து வந்தேன். ஆனால் பருக்கள் வந்த இடத்தில் கருப்பு மச்சம் போல் தோன்றி முகம் அசிங்கமாகத் தோன்றுகிறது. இதை போக்கவும், முகத்தில் பருக்கள் வராமல் இருக்கவும் என்ன செய்ய வேண்டும்.

- உ.கணேஷ், சைதாப்பேட்டை

தேங்காய் பால் அரை லிட்டர் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். கீழாநெல்லி இலைகளை அரைத்து ஆரஞ்சுப் பழம் அளவு எடுத்து தேங்காய் பாலில் போட்டு கலக்கவும். அதை வாணலியில் ஊற்றி, அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். எண்ணெய் சுரந்து நன்றாக வெந்தபின் இறக்கி வைத்து எண்ணெயை மட்டும் வடித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். அந்த எண்ணெயை முகத்தில் தடவி வந்தால், கருக்கம் நீங்கி பளபளப்பாக இருக்கும். பருக்களும் குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 18. கன்னங்களில் இரண்டு பக்கத்திலும் வேர்க்கூறு போல் பொறி பொறியாக நிறைய உள்ளன. பல கிரீம்கள் உபயோகப்படுத்தியும் குணம் இல்லை. தயவு செய்து இதற்கு ஒரு சுலபமான மருந்து கூறுங்கள்.

- ராமு, அயனாவரம், சென்னை.

கஸ்தூரி மஞ்சள் 10 கிராம், நகம் என்னும் நாகணம் 10 கிராம் வாங்கி, இரண்டையும் பொடி செய்து 200 மில்லி கிராம் நல்லெண்ணெயில் போட்டு அடுப்பேற்றி சிறு தீயில் எரிக்கவும்.

நாகணப் பொடியில் உள்ள நீர்ச்சத்து குறைந்து மிதக்கத் தொடங்கும். அப்போது எண்ணெயை இறக்கி வடிகட்டி ஆறிய பின் புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதை தினசரி இரவு முகத்தில் தேய்த்து வந்தால் முகப்பரு வராது. வந்தாலும் குணமடையும்.

ஐயா! எனக்கு முகத்தில் முகப்பருக்கள் உள்ளன. முகப்பரு வராமல் தடுக்கவும், வந்தால் அதைப் போக்கவும் என்ன மருந்து உபயோகிக்க வேண்டும்.

- வி.விஜயலட்சுமி, சூரப்பட்டி,ஈரோடு

தங்கள் வயது என்ன என்று குறிப்பிடவில்லை. முற்றிய தேங்காயை திருகி பால் எடுத்து காய்ச்சவும். அதில் எண்ணெய் போல் வரும். சுமார் 100 மில்லிலிட்டர் எண்ணை வேண்டுமானால் 4 தேங்காய்கள் தேவைப்படும்.

அந்த எண்ணெயில் வெள்ளைக் குங்கிலியம் 5 கிராம் வாங்கி தூள் செய்து போட்டு காய்ச்சவும். புகை வரும்போது அதை இறக்கி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதை அடிக்கடி முகத்தில் தடவி வந்தால் முகப்பரு மறையும்.

ஐயா! என் முகத்தில் பருக்கள் போலவும், உடல் முழுவதும் வேர்க்குரு போலவும் நிறைய இருக்கிறது. வெயில் பட்டால் எரிச்சல் ஏற்படுகிறது. நமைச்சல் இல்லை. அதற்கு டாக்டர் அவில் என்னும் மாத்திரை கொடுத்தார். அதைச் சாப்பிட்டதும் குணம் ஏற்படுகிறது. ஆனால் சில நாட்களில் திரும்பவும் வருகிறது. மற்றொரு டாக்டர் அவில் மாத்திரை சாப்பிடக் கூடாது என்றும் இருதய நோய் வரும் என்றும் கூறுகிறார். இதற்கு ஏதாவது மருந்து உண்டா?

- டி.மரியகுசை, நாகர்கோயில்

தாங்கள் உணவில் பசலைக் கீரை, மணத்தக்காளி கீரை ஆகியவற்றை அதிகம் சேர்க்க வேண்டும். தேங்காய் பால் அல்லது துறுவலும் அடிக்கடி உணவில் சேர்த்துச் சாப்பிடவும். படிகாரம் என்பதும் வெள்ளையாக கல் போல் இருக்கும். நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 200 கிராம் வாங்கவும். பூங்காவி 200 கிராம் வாங்கவும். பூங்காவியை பொடி செய்து சலிக்கவும், படிகாரத்தையும் நன்றாக அரைத்து பொடி செய்யவும். இரண்டையும் சேர்த்து அரைத்து சலித்து புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் 2 கிராம் அளவு எடுத்து தண்ணீரில் காலை மாலை சாப்பிடவும்.

ஐயா! பள்ளியில் படிக்கும் எனக்கு வயது 13. என் முகத்தில் கொப்புளங்கள் உள்ளன. டாக்டரிடம் காண்பித்து மருந்து சாப்பிட்டேன். ஒன்றும் சரியாகவில்லை. எனவே உங்கள் மருத்துவ உதவியை நாடுகிறேன்.

- சாதிக், கூத்தாநல்லூர்

காலையில் எழுந்ததும் பல் துலக்கி, முகத்தை சுத்தமாகக் கழுவி ஈரத்தை துடைத்து விட்டு தேங்காய் எண்ணெயை முகத்தில் தடவவும். பிறகு குளிக்கும்போது சீயக்காய் அல்லது கடலை மாவு முகத்தில் தேய்த்துக் குளிக்கவும். இரவில் படுக்கும்போது மறுபடியும் முகத்தை தண்ணீரால் சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளவும். படிகாரம் வாங்கி அதை தண்ணீரில் நனைத்து முகத்தில் தேய்க்கவும். இரவு முழுவதும், அப்படியே அது ஊற வேண்டும்.

காலையில் பல் துலக்கும்போது முன்பு சொன்னபடி கழுவி, தேங்காய் எண்ணெய் தடவவும். இப்படி செய்து வந்தால் முகப்பரு, கொப்புளம் போன்றவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு தாடியிலும், மீசை உள்ள இடத்திலும் சிறு சிறு கொப்புளங்கள் 2 வருடங்களாக இருக்கின்றன. இதனால் வேதனையாக இருக்கிறது. ஆங்கில மருந்து சாப்பிட்டால் குணமாகிறது. ஆனால் மீண்டும் வந்து விடுகிறது. எந்த மருந்து சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை. தாங்கள் இதற்கு தகுந்த ஆலோசனை தெரிவியுங்கள்.

- எம். பரமசிவன், நெல்லை

உங்களுக்கு ஏற்பட்டிருக்கும் கொப்புளங்கள் ரத்தத்தில் கெட்ட நீர் கலந்து இருப்பதால் உண்டானதாகும். எப்போதும் மலசிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சீமை அகத்தி இலைகளை பறித்து வந்து லேசாக தண்ணீர் அல்லது பால் தெளித்து இடித்து அரை லிட்டர் சாறு எடுக்கவும். அதை ஒரு லிட்டர் விளக்கெண்ணெயுடன் கலந்து லேசாக அடுப்பேற்றி காய்ச்சவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் மெழுகு பதமாகி எண்ணெய் தனியாக பிரியும்போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பால் அல்லது காபியில் கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். தொடர்ந்து 45 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும்.

படிகாரம் ஒரு கட்டி எடுத்து நன்றாக கல்லில் தேய்த்து வழவழப்பாக்கவும். பிறகு அதை தண்ணீரில் தொட்டு கொப்புளம் உள்ள இடங்களில் தேய்த்து வரவும். புண்கள் ஆறி குணமாகும்.

ஐயா! எனது முகத்தில் எப்போதும் எண்ணெய் வடிந்து கொண்டே இருக்கிறது. பவுடர் பூசினாலும் அது நிற்கவில்லை. இதை தடுப்பது எப்படி? பனிக் காலத்தில் முகத்தில் சில இடங்களில் தேமல் போன்று வெள்ளையாக திட்டுத் திட்டாக இருக்கிறது. இதை நீக்குவது எப்படி?

- பி.ராஜவேலு, செம்பனார் கோயில்.

உடலில் எண்ணெய்ச் சத்து அதிகமானால் முகத்தில் மட்டுமின்றி மற்ற பாகத்திலும் எண்ணெய் கசியும். திரிபலா என்னும் சூரணம் 10 பாகம், சீயக்காய் தூள் ஒரு பாகம் கலந்து அரை தேக்கரண்டி காலையிலும் மாலையிலும் வெந்நீரில் சாப்பிடவும். திரிபலா என்பது கடுக்காய்த்தோல், நெல்லிக்காய்த்தோல், தானிக்காய் தோல் ஆகிய மூன்றையும் சம அளவு சேர்த்து பொடி செய்ததாகும். இதைத் தொடர்ந்து 30 நாட்கள் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் முகம் ஆகியவற்றில் எண்ணெய் வடிவது நிற்கும்.

ஐயா! எனக்கு குளித்துவிட்டு வந்தவுடன் முகத்தில் எண்ணெய் வடிகிறது. இதனால் முகம் விகாரமாக தோற்றம் அளிக்கிறது. இதை குணப்படுத்த ஆலோசனை தரும்படி வேண்டுகிறேன்.

- கே.சந்திரன், மன்னார்குடி

கோஷ்டம் என்னும் வேர் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 200 கிராம் வாங்கி நன்கு இடித்து சலித்து சூரணமாக்கி, அதனுடன் சீயக்காய் பொடி 10 கிராம் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதை அரை தேக்கரண்டி வீதம் காலை, மாலை எடுத்து கொஞ்சம் சர்க்கரை கலந்து வெந்நீரில் சாப்பிட்டால் தங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! என் முகத்தில் முகப்பருக்கள் ஏற்பட்டு கரும் புள்ளிகள் உள்ளதால் முகம் கோரமாக உள்ளது. நானோ ஒரு பெண். இது என்னை மிகவும் பாதிக்கிறது. புள்ளிகளை நீக்கி முகம் முன்பு போல பளபளப்பாக இருக்க மருந்து சொல்லுங்கள்.

- செல்வி பூங்கோதை, ஈரோடு

தேங்காய் எண்ணெய் 200 மில்லி, வெள்ளை குங்கிலியம் 10 கிராம் வாங்கவும். குங்கிலியத்தை பொடி செய்து கொண்டு தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு சுட வைக்கவும். எண்ணெயில் நுரை வரும்போது பொடியைத் தூவி கிளறி கீழே இறக்கி விடவும். ஆறிய பின் புட்டியில் அடைத்துக் கொண்டு இரவு படுக்கும் போது முகத்தில் பூசிக் கொள்ளவும்.

குளிப்பதற்கு ஒரு மணி நேரத்திற்கு முன்பும் முகத்தில் தடவி நன்கு ஊறிய பின் குளிக்கவும். இது முகப்பரு உள்ளவர்களுக்கும், கருப்புப் புள்ளி உள்ளவர்களுக்கும் நல்ல பலன் தரும். முகமும் பளபளப்பாக இருக்கும்.

ஐயா! என் வயது 18. தாங்கள் சொன்னபடி முகம் பருக்கள் மறைவதற்கு வெள்ளை குங்கிலியம் வைத்தியத்தை உபயோகித்தேன். இப்பொழுது முகப் பருக்கள் அதிகமாக வருவதில்லை. அதற்காக நன்றி. ஆனால் எப்பொழுதாவது ஒன்றிரண்டு பருக்கள் வருகின்றன. மேலும் கன்னங்களிலும் நெற்றியிலும் வேர்க்குரு போன்று பொடிப் பொடியாக வந்து ஒரு வாரத்தில் மறைந்து விடுகின்றன. வலி இல்லை. ஆகவே அதை அடியோடு ஒழிய இன்னும் ஒரு மருந்து கூறுங்கள்.

- பி.சரசுவதி, மைலாப்பூர்

சுத்தமான பசும் பால் வாங்கி ஏடு (ஆடை) வரும்படி காய்ச்சவும். பிறகு இறக்கி ஆறின பின் அந்த ஆடையை எடுத்து முகத்தில் தடவ வேண்டும். இப்படி செய்து வந்தால் பருக்கள் போன்றவை வராது. முகமும் பளபள

என்று இருக்கும். பசும்பால் கிடைப்பதற்கு கஷ்டம் என்றால் எலுமிச்சம் பழத்தின் ரசத்தை தேங்காய் எண்ணெய் கலந்து முகத்தில் தேய்க்கலாம்.

ஐயா! எனக்கு வயது 17. என் முகத்தில் பருக்கள் நிறைய உள்ளன. கறுப்பு, கறுப்பாக இருப்பதால் பார்க்க அசிங்கமாக உள்ளது. ஊசிமுனை போன்ற சிறு குழிகளும் உள்ளன. இவற்றைப் போக்க சித்த வைத்திய வழிமுறைகளை தெரிவிப்பீர்களா?

- ஏ.எஸ்.மணி, சென்னை

முகத்தில் உண்டாகும் பருக்கள், குழிப்புண்கள் முதலியவைகளுக்கு நன்கு முற்றிய தேங்காய் பால் பிழிந்து அந்த பாலை தினமும் காலையில் முகத்தில் தேய்த்து ஒரு மணி நேரம் ஊற வைக்கவும்.பிறகு கடலை மாவு போட்டு தேய்த்து முகத்தைக் கழுவவும். இப்படி குறைந்தது 48 நாட்கள் செய்யவும். முகப்பரு இல்லாதவர்களும் இதை செய்வதினால் முகம் வளவளப்பாகவும் இருக்கும், பெண்களுக்கு இது மிகவும் உகந்தது.

ஐயா! என் வயது 30. எனக்கு முகத்தில் 4 ஆண்டுகளாக பருக்கள் உள்ளன. நாட்டு மருந்துகளும், ஆங்கில மருந்துகளும் போட்டேன். பயன் இல்லை. பார்ப்பதற்கு முகம் விகாரமாக இருக்கிறது. இதற்கு தகுந்த மருந்து எழுதுவீர்கள் என்று நம்புகிறேன்.

- வீராசாமி, மணப்பாறை

ஐயா! எனக்கு வயது 18. என் தங்கைக்கு 12 வயது. எங்களுக்கு முகத்தில் சிறிய கரும்புள்ளிகள் உள்ளன. இதற்கு தகுந்த மருந்து சொல்லி உதவ வேண்டுகிறோம்.

- ஜி.ராமா, துறையூர்

ஐயா! என் வயது 22. எனக்கு 3 வருடங்களுக்கு முன்பு திடீர் என்று கை, கால்களில் கொப்புளங்கள் தோன்றின. அழுத்தினால் சீழ் வந்தது. நாட்டு மருத்துவரிடம் காட்டி ஒரு எண்ணை கொடுத்தார். அதை உபயோகித்து பின் 2 நாட்களில் கொப்புளங்கள் மறைந்து விட்டன. இப்போது ஒரு வருடமாக முகத்தில் மட்டும் சிறு கொப்புளங்கள் வருகின்றன. முகப்பருவும் உள்ளது. நமைச்சல் ஏற்படுகிறது. இதனால் முகம் பார்க்க விகாரமாக உள்ளது. எனக்கு மனக் கவலையாக உள்ளது. இதை உடனடியாகப் போக்க மருத்துவ ஆலோசனை வழங்க வேண்டுகிறேன்.

- மீரா, சென்னை

முகப்பரு, முகத்தில் கறுப்பு முதலியன ரத்தத்தில் மேகநீர் கலந்து இருப்பதால் வரும் நோய்களாகும். சீமை அகத்தி இலைகளை இடித்து பிழிந்த சாறு அரை லிட்டர் விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர் இவை இரண்டையும் சேர்த்து காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும் பால் அல்லது வெந்நீர் விட்டு காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இதனால் தொந்தரவு இருக்காது. பேதி அதிகமானால் அவை அரை தேக்கரண்டியாக குறைத்துக் கொள்ளவும். 2 அல்லது 3 மாதங்கள் இதைச் சாப்பிட வேண்டும். முற்றிய தேங்காய் வாங்கி திருகிபால் எடுத்துக் கொள்ளவும். காலையில் எழுந்து முகத்தைக் கழுவி துடைத்துக் கொண்டு இந்த தேங்காய்ப் பாலை முகத்தில் தேய்த்து 2 மணி நேரம் ஊறிய பின் கடலை மாவு அல்லது அரப்பு தூள் போட்டு தேய்த்து கழுவவும். இப்படி செய்து வந்தால் முகப்பரு, தேமல், கறுப்பு, சொறிசிரங்கு ஆகியவை குணமாகும்.

ஐயா! முகத்தில் கரும்புள்ளிகள் நீங்க, சீமை அகத்தி இலைகள் உபயோகிக்கும்படி ஒரு கேள்விக்கு பதில் கூறினீர்கள். சீமை அகத்தி இலை எப்படி இருக்கும்? எங்கு கிடைக்கும். அகத்தியில் கருஞ்சித்தகத்தி, சித்தகத்தி, நாம் உணவாகச் சாப்பிடும் அகத்திக் கீரை இலை தவிர வேறு வகை உண்டா? என் பெண் குழந்தைகள் முகத்தில் கரும்புள்ளிகள் உள்ளன. முகத்தின் அழகே கெடுகிறது. ஆகையால் நான் கேட்பதற்கு விளக்கம் தரும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.கணபதி, கோயமுத்தூர்

சீமை அகத்தி என்பது ஒரு செடி தான். பெரிய மரமாக வளருவதில்லை. அதனுடைய இலை அகத்தி இலை போன்று சாதா அகத்தியை விட மூன்று மடங்கு பெரியதாக இருக்கும். அதனுடைய பூக்கள், மொட்டுகள் போல கோபுர ரூபத்தில் மஞ்சள் நிறத்தில் மேல் நோக்கி நிற்கும். பங்களாக்களில் அதன் பூக்களின் அழகுக்காக வளர்ப்பார்கள். இது சரும நோய், மேக நோய் முதலியவைகளுக்கு சிறந்தது.

விளக்கெண்ணெயும், இந்த இலைச் சாறும், சமமாக காய்ச்சி ஒரு தேக்கரண்டி அளவுக்கு எடுத்து பாலில் குழந்தைகள் முதல் பெரியவர் வரை சாப்பிடலாம்.

ஐயா! எனக்கு வயது 24. கடந்த 6 மாதங்களாக என் முகத்தில் ஒரு தழும்பு இருக்கிறது. அது முதலில் மிளகு அளவு இருந்தது. இப்போது 25 காசு அளவில் இருக்கிறது. அரிப்பு இல்லை. ஆனால் தழும்பு பெரிதாகிக் கொண்டே வருகிறது.

இதற்கு என்ன மருந்து உபயோகிக்க வேண்டும் என்பதை தெரிவியுங்கள்.

-ஆர். துரைக்கண்ணு, மறையூர்

உடம்பில் கொப்புளங்கள், அரிப்பு, புண் போன்றவை வருவது எல்லாம் ரத்தத்தில் கெட்ட நீர் கலந்து இருப்பதால்தான். கெட்ட நீரை அகற்றுவதற்கு விளக்கெண்ணெய் பக்குவத்தில் செய்யும் தைலமும் மிகவும் நல்லது. விளக்கெண்ணெய் 500 கிராம், சீமை அகத்தி இலையை தண்ணீர் தெளித்து இடித்து சாறு 500 கிராம் - இந்த இரண்டையும் கலந்து காய்ச்சவும். சிடு சிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். தினசரி இரவு படுக்கப் போகும் போது இந்தத் தைலத்தில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து உள்ளுக்குச் சாப்பிடவும். 3 மாதங்கள் இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் கெட்ட நீர் வெளியேறும். இந்த எண்ணெயை சாப்பிடும் போது புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

சரும நோய் உள்ளவர்கள் அது குணம் அடைந்த பிறகும் கோழி சாப்பிடக் கூடாது. எல்லோருக்கும் இது பொருந்தும்.

ஐயா! என் முகத்தில் முகப்பருக்களினால் ஏற்பட்ட கரும் புள்ளிகள் உள்ளதால் முகம் விகாரமாக உள்ளது. நானோ ஒரு பெண். இது என்னை மிகவும் பாதிக்கிறது. புள்ளிகளை நீக்கி முகம் முன்பு போல பளபளப்பாக இருக்க ஒரு மருந்து சொல்லுங்கள்.

- செல்வி பூங்கோதை, ஈரோடு 9

தேங்காய் எண்ணெய் 200 மில்லி, வெள்ளை குங்கிலியம் 10 கிராம் வாங்கவும். குங்கிலியத்தை பொடி செய்து கொண்டு தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு சுட வைக்கவும். எண்ணெயில் நுரை வரும்போது பொடியைத் தூவி கிளறி கீழே இறக்கி விடவும். ஆறிய பின் பாட்டிலில் அடைத்துக் கொண்டு இரவு படுக்கும் போது முகத்தில் பூசிக் கொள்ளவும்.

குளிப்பதற்கு ஒரு மணி நேரத்திற்கு முன்பும் முகத்தில் தடவி நன்கு ஊறிய பின் குளிக்கவும். இதுமுகப்பரு உள்ளவர்களுக்கும், கருப்பு புள்ளி உள்ளவர்களுக்கும் நல்ல பலன் தரும். முகமும் பளபளப்பாக இருக்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20 ஆகிறது. ஆனால் மற்றவர்கள் எனக்கு அதிக வயதாகி விட்டது என்று கூறுகிறார்கள். காரணம் என் முகத்தில் சுருக்கம் இருக்கிறது. நான் தினமும் படுக்கைக்குப் போகும் முன் ஒரு எலுமிச்சை பழத்தை அறுத்து தடவிக் கொள்கிறேன். இப்படி செய்வது நல்லதா? அல்லது இதற்கு வேறு என்ன செய்வது என்பதை அறிவிப்பீர்களா?

- எஸ்.பரமசிவன், திருப்பூர்-1

எலுமிச்சம் பழத்தின் சாறு பிழிந்து பித்தளை அல்லது எவர்சில்வர் பாத்திரத்தில் மூடி வைத்தால் சில நாட்களில் ஓட்டையாகிவிடும். காரணம், அது காரமான ரசாயனப் பொருள். ஆகவே அதை முகத்தில் தேய்ப்பதை விட்டு விடவும். தேங்காய் எண்ணெயை முகத்தில் தேய்த்து வரவும். மோர், பால், தயிர், பருப்பு, வெங்காயம் போன்றவைகளை அதிகம் உபயோகித்து வரவும்.

ஐயா! எனக்கு சில ஆண்டுகளாக கண்களைச் சுற்றி கறுப்பு நிறமாக உள்ளது. கண்களின் ஓரத்தில் சுருக்கங்களும் உள்ளன. முகத்தில் பருக்களும் அதிகமாக உள்ளது. முகத்தைப் பார்க்கவே அருவெருப்பாக உள்ளது. இதனால் பலருடைய கேலிக்கு ஆளாகிறேன். இதற்கிடையில் எனக்கு இப்போது திருமண ஏற்பாடு நடக்கிறது. ஆகையால் விரைவில் என் பிரச்சினை தீர்க்க உதவி செய்யுங்கள்.

- ... மன்னடி

தேங்காய் பால் அரை லிட்டர் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். கீழாநெல்லி இலைகளை அரைத்து ஆரஞ்சுப் பழம் அளவு எடுத்து தேங்காய் பாலில் போட்டு கலக்கவும். அதை வாணலியில் ஊற்றி, அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். எண்ணெய் கசந்து நன்றாக வெந்தபின் இறக்கி வைத்து எண்ணெயை மட்டும் வடித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். அந்த எண்ணெயை முகத்தில் தடவி வந்தால், சுருக்கம் நீங்கி பளபளப்பாக இருக்கும். பருக்களும் குணமாகும்.

மேலும், வேப்பங்கொழுந்து, சீரகம் அரைத் தேக்கரண்டி எடுத்து அரைத்து எலுமிச்சம்பழம் அளவு தினசரி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு தண்ணீர் குடிக்கவும். 3 மாதங்கள் சாப்பிட்டால் முற்றிலும் குணமாகும்.

ஐயா! என் மகனுக்கு வயது 10 மாதம் ஆகிறது. 2 மாதக் குழந்தையாக இருந்தபோது கண் பொங்கி மூடி இருந்தது. டாக்டரிடம் காண்பித்தோம். மருந்து கொடுத்தார். ஆனால் கண்ணின் உள் பாகத்தில் வெள்ளை நிற புள்ளி இன்னும் மறையவில்லை. இதனால் என் மகன் எதிர்காலம் பாதிக்காமல் இருக்க மருந்து கூறி ஆதரவு அளிக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கே.காளிமுத்து, கணபதிபாளையம்

தேங்காய் பால் ஒரு லிட்டர் எடுத்துக் கொள்ளவும். பொன்னாங்கண்ணி வேருடன் இலை, அம்மாம் பச்சரசி இலை ஆகியவைகளை சேர்த்து இடித்து சாறு ஒரு லிட்டர் எடுக்கவும். தேங்காய் பாலுடன் இந்தச் சாறு கலந்து இளம் நெருப்பில் காய்ச்சவும்.

பாலில் எண்ணெய் பிரிந்ததும் இறக்கி, எண்ணெயை மாத்திரம் எடுத்து பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இதில் 2 சொட்டு வீதம் காலை, மாலை தினசரி கண்ணில் விடவும். இதனால் கண்மங்கல், கண்ணீர் இருக்கும் மேக நீர், கண் குத்தல், கண் எரிச்சல் போன்றவை குணமாகும்.

ஐயா என் வயது 37. உடலில் உஷ்ணம் அதிகமாக உள்ளது. கண் எரிச்சல், முகம், உடல் பூராவும் கதகத என்று காந்தலாக இருக்கிறது.

சிறுநீர் சூடாகவும், மஞ்சளாகவும் போகிறது. வாரம் 2 முறை எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்கிறேன். தும்மலும் ஜலதோஷமும் உள்ளது. இந்த உஷ்ணத்தைக் குறைக்க வழி சொல்லுங்கள்.

- கே.ராஜமாணிக்கம், கும்பகோணம்.

உங்கள் நோயை நீங்கள் சரியாக கவனித்து இருக்கிறீர்கள். கீழ்க்கண்ட தைலம் தயாரித்து வாரத்தில் 2 நாட்கள் தலைக்கு தேய்த்து குளித்தால் உஷ்ணம் குறையும்.

சந்தனத்தூள், விலாமிச்சன் வேர், வெட்டி வேர்,குருவேர், ஜடமாஞ்சி ஆகியவைகளை 100 கிராம் வாங்கி உரலில் போட்டு ஒன்று பாதியாக இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

அதை 6 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து ஒரு லிட்டர் அளவாக சுண்டியதும் அதை ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் ஊற்றி அடுப்பு ஏற்றி சிறு தீயில் வைக்கவும். நீர் குறைந்து சிடுசிடுப்பு அடங்கிய பின் இறக்கி, அதில் பச்சைக் கற்பூரம் 8 கிராம் பொடி செய்து போட்டு

கலக்கி, மூடி வையுங்கள். நன்றாக ஆறிய பிறகு புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

தினசரி இந்த தைலத்தை தலையில் தடவலாம். வாரம் 2 முறை இதை தலைக்கு தேய்த்துக் குளிக்கவும். தும்மல், ஜலதோஷம் குணமாகும்.

ஐயா! என் நண்பனுக்கு வயது 19. சிறு வயதில் இருந்து அவனுக்கு மாலைக்கண் நோய் ஏற்பட்டு எந்த வைத்தியமும் குணம் தரவில்லை. இதற்கு தாங்கள் கூறும் மருத்துவம் என்ன?

- தி.ஆ.சவுந்தரராஜன்

இந்நோயை அந்தி மாலைக் கண் என்பார்கள். இது நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்டது.

புளிச்சக்கீரை என்ற கீரை சாதாரணமாகக் கிடைக்கும். கோங்குரா என்று தெலுங்கில் சொல்வார்கள். இந்த இலை ஒரு கைப்பிடி அளவு, 2 மிளகாய் வற்றல் இவற்றை நீர் விடாமல் நன்றாக வேக வைத்து எடுத்துக் கடையவும். அதில் ஒரு தேக்கரண்டி காலையில் தலையில் தடவவும். இவ்வாறு 3 நாட்கள் செய்தால் அந்தி மாலைக் கண் குணமாகும்.

அதேபோல் வல்லாரை கீரை 15 இலைகள், சீரகம் அரை தேக்கரண்டி இவற்றை அரைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் 3 நாட்கள் சாப்பிட்டாலும் நோய் குணமாகும். மருந்து சாப்பிடும் நாட்களில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு 14 வயது முதல் அடிக்கடி தலைவலி வருகிறது. கண்ணாடி போட்டுக் கொண்டேன். மருந்தும் சாப்பிட்டேன். குணமடையவில்லை. தற்போது எனக்கு வயது 30. இன்னும் அடிக்கடி தலைவலி வருகிறது.

வலது கண்ணில் கேட்ராட் என்றும் ஆபரேஷன் செய்தார்கள். இருப்பினும் தலைவலி தொடர்கிறது. இதை நிரந்தரமாகக் குணப்படுத்த ஏதாவது மருந்து தெரிவிக்க கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- வீரபத்திரன், திருவானைக்காவல்

நகம் என்னும் நாகரணம் என்ற ஒரு மருந்து நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதன் விலை ஒரு கிலோவுக்கு கிட்டத்தட்ட 100 ரூபாய் இருக்கும். இதில் 20 கிராம் வாங்கிக் கொண்டு உரலில் போட்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்து கால் லிட்டர் தண்ணீரில் ஊற வைக்கவும்.

ஒருநாள் ஊறிய பிறகு நீரை கொட்டி விட்டு அரை லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் இந்த நாகணத் தூளை போட்டு காய்ச்சவும். ஒரு மணமான புகை கிளம்பும். அது வெந்தபின் மேலே மிதக்கும். அப்போது

இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்து வாரம் 3 நாட்கள் தலைக்கு தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்க வேண்டும். இரண்டு மூன்று மாதம் செய்யவும். அன்று பகலில் தூங்கக் கூடாது. மோர் உபயோகப்படுத்தக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு 23 வயது ஆகிறது. இரு கண்களிலும் வெள்ளைப் பகுதிக்கு மேல் சதை வளர்ந்து உள்ளது. பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் பலன் இல்லாததால், ஆபரேசன் செய்துள்ளேன். மீண்டும் சதை வளர்ந்து உள்ளது. கண்கள் சிகப்பாக இருக்கின்றன. என் மகனுக்கு 4 வயது. அவனுக்கும் அதேபோல் சதை வளர்ந்து வருகிறது. ஆகவே எங்கள் சிரமத்தை போக்க தாங்கள் மருந்து தெரிவிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.

- கு. சுப்பையா, மதுரை

அடுக்கு நந்தியாவட்ட பூக்களில் 50 பூக்களை 5 அவுன்ஸ் சுத்தமான தண்ணீரில் போட்டு மூடி வைக்கவும். அடுக்கு நந்தியாவட்ட பூ கிடைக்காவிட்டால், சாதாரண நந்தியாவட்டம் பூக்கள் உபயோகிக்கலாம்.

பூக்கள் 3 நாட்கள் ஊறிய பின் 4வது நாள் காலை பூக்களை எறிந்து விட்டு, தண்ணீரை புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். அதை காலையிலும் மாலையிலும் இங்க் பில்லரால் கண்களில் விடவும். இப்படி செய்து வந்தால் சதை கரைந்து விடும்.

என் வயது 27. நான் இரண்டு வருடங்களாக கண் நோயால் அவதிப்படுகிறேன். என் வலது கண் மங்கலாக இருக்கின்றது. சில சமயங்களில் வலிக்கிறது. கண்ணில் நீர் வருகின்றது. சில சமயங்களில் கண்ணில் ஏதோ உறுத்துவதைப் போல் இருக்கின்றது.

நான் பல டாக்டர்களிடம் காட்டி கண் பரிசோதனை செய்து கொண்டேன். டாக்டர்கள் கூறியபடி சுமார் 80 ஊசிகள் போட்டும் 9 விதமான மாத்திரைகள், டானிக் சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. சித்த மருத்துவத்தினால் எனக்கு பரிகாரம் கிடைக்கும் என நம்புகிறேன்.

- கு. சந்திரசேகரன், முசிறி

ஆண்டிபயாடிக்ஸ் என்னும் விஷ ஊசிகள் கண்ணில் சீழ் வருவதற்கு போட்டால் குணம் தரும். ஆனால் உங்கள் நோய்க்கு அவை தேவையற்றவை.

அவ்வூசிகளால் உள்ள பார்வை கெடுவதோடு, காதும் மந்தமாகி விடும். உடலிலுள்ள சத்துப் பொருள்களும் வெளியேறி உடல் ஒடுங்கி விடும்.

எல்லா மருந்துகளையும் உடனே நிறுத்துங்கள். முருங்கைக் கீரை, பொன்னாங்கண்ணிக் கீரை, அகத்திக் கீரை உணவில் அடிக்கடி சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

நெத்து தேங்காய் இரண்டு வாங்கி, உடைத்து திருகி பால் பிழிந்து கொள்ளவும். அதில் பொன்னாங்கண்ணி இலைச் சாறு, பாலுக்கு சம அளவு சேர்த்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரிக்கவும். எண்ணெய் கக்கி, பிரிந்த பிறகு கீழே இறக்கி எண்ணெயை மாத்திரம் வடித்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

இந்த எண்ணெயை இரண்டு கண்களிலும் மாலை 6 மணிக்கு 4, 5 சொட்டுகள் விடவும்.

நந்தியா வட்டம் பூ வெண்ணிறமாக இருக்கும். இது கோயில்கள் பலவற்றில் இருக்கும். இந்தப் பூக்களைப் பறித்து வந்து சுத்தி செய்து, கொண்ட கையால் கசக்கி இரு சுத்தமான மல்லாத் துணியில் வைத்து கண்ணில் பூவின் சாறை 5, 6 சொட்டு விடவும்.

இப்படி 20 நாட்கள் செய்ய கண்களிலுள்ள பல நோய்கள் தீர்ந்து விடும்.

சீழ் வந்தால் படிகாரம் குன்றியளவு எடுத்து பொடி செய்து 1/2 டம்ளர் சுத்தமான தண்ணீர் விட்டு கலக்கி கண்களை அலம்பவும். சீழ் வருவது கூட நின்று விடும்.

> ***ஐயா! எனக்கு கண்களில் பூ விழுந்திருக்கிறது. இதனால் கண் பார்வை தெரியவில்லை. தயவு செய்து, கண் பார்வை தெரிவதற்கு ஏதாவது மூலிகை வைத்தியம் இருந்தால் தெரிவியுங்கள்.***
>
> **- எம்.சுப்பிரமணி, சென்னை-11**

கண்களில் பூ விழுவது, கண் மங்கல், கண் எரிச்சல், கண்ணில் புண் போன்றவைகளுக்கு கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயார் செய்து உபயோகிக்கலாம்.

நெல்லிக்காய் வற்றல், படிகாரம், சீனா கற்கண்டு ஆகியவைகளை தலா 50 கிராம்வீதம் வாங்கவும். நெல்லிக்காய் வற்றலை முதலில் நன்றாக தூள் செய்து சலித்துக் கொள்ளவும். பிறகு படிகாரம், சீனா கற்கண்டு ஆகியவற்றை பொடி செய்து நெல்லி வற்றல் பொடியுடன் கலந்து கொள்ளவும். இதை தாய்ப் பால் அல்லது முற்றிய தேங்காய் பால் விட்டு அரைத்து, உருண்டை திரட்டும் பக்குவத்தில் எடுத்து ஒரு அங்குல நீள குச்சிகளாக செய்யவும்.

அவற்றை நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு அவ்வப்போது தேவையானதை எடுத்து, பன்னீர் அல்லது தாய்ப்பால் விட்டு உரசி

கண்களில் விடவும். கலாப் பூ அல்லது நந்தியாவட்டம் பூ சாறு எடுத்து அதில் உரசி கண்களில் விட்டால் இன்னும் நல்ல பலன் தரும்.

> ***ஐயா, எனக்கு 21 வயது. 3 வருடங்களுக்கு முன்பு எனக்கு அம்மைநோய் வந்தது. பிறகு இடது கண், கருவிழியில் வெள்ளை விழுந்தது. அது பெரிதாக வந்ததால் ஆபரேசன் செய்து கொண்டேன். இப்போது அது மீண்டும் வளர ஆரம்பித்துள்ளது. இதை போக்க நல்ல வைத்தியம் சொல்லுங்கள்.***
>
> **- க.சிவன், உக்கடம்**

நந்தியாவட்டம் என்று ஒரு செடி உள்ளது. வெள்ளையாக மல்லிகைப் பூ போல் பூக்கும். அதில் அடுக்கு நந்தியாவட்டம், சாதா நந்தியாவட்டம் என்று உள்ளது. அடுக்கு நந்தியாவட்டம் கிடைத்தால் நல்லது. அல்லது சாதாரண நந்தியாவட்டம் இலையை எடுத்து, கையால் கசக்கி சாறு பிழிந்து கொள்ளவும்.

அந்தச் சாறை சந்தனக் கல்லில் விட்டு சுத்தமாக செம்புக் கம்பி ஒன்றை எடுத்து அந்தக் கல்லில் ஏழு, எட்டு முறை உரசவும். பிறகு சாற்றை வழித்து கண்களில் விட்டுக் கொள்ளவும். இரண்டு மூன்று மாதங்கள் தினசரி இப்படிச் செய்தால் கண்களில் வளரும் சதை குணமாகும்.

> ***ஐயா! எனக்கு சில நாட்களாக இடது கண் சரிவர பார்வையில்லை. உருவங்கள் தெரிகின்றன. ஆனால் முகங்கள் தெரிவதில்லை. தங்கள் சித்த வைத்திய முறையில் எனது குறை தீரும் என்று நம்புகிறேன். நான் ஒரு ஓட்டல் தொழிலாளி. எனவே ஆபரேசன் செய்யவோ, கண்ணாடி போடவோ வசதி இல்லை. எளிய மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.***
>
> **பி.கே.சந்திரமோகன், சங்ககிரி**

எலுமிச்சம் பழத்தின் சாறு ஒரு துளி கண்களில் விடவும். எரியும். இப்படி காலை, மாலை ஒரு துளி விட்டு வந்தால் கண் மங்கல் நீங்கும். தங்களுக்கு 29 வயது என்கிறீர்கள். சிறு வயதில் இப்படி இருப்பது வருத்தத்தக்கது. 26 நாட்கள் எலுமிச்சம்பழச் சாறு விட்டு, அதன் பலனை தெரியப்படுத்துங்கள். பிறகு வேறு மருந்து தேவையானால் தெரிவிக்கிறேன்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 47 ஆகிறது. நான் ஒரு பரம ஏழை. கடந்த 9.10.78 முதல் என் இடது கண் பார்வை தெரியவில்லை. டாக்டர் சோதித்து கண்ணாடி கொடுத்தும், அதை அணிந்தால் வலது கண்ணும் சரியில்லை. எழுதப் படிக்க மிகவும் சிரமமாக உள்ளது. தாங்கள் கருணை கூர்ந்து என் குறையை தீர்த்து வையுங்கள்.***
>
> **- எம்.பாலசுப்பிரமணியம், நாகப்பட்டினம்**

தேன்களில் புற்றுத் தேன், கொம்புத் தேன், காட்டுத்தேன், மலைத்தேன் என்று பல வகைகள் உண்டு. இவற்றில் கொம்புத் தேன் வாங்கி ஒவ்வொரு சொட்டு கண்களில் விட்டு வந்தால் குணம் காணலாம். அது கிடைக்காவிட்டால், எலுமிச்சம் பழத்தின் சாறு ஒரு சொட்டு விட்டு வந்தால் பார்வை நன்றாக இருக்கும்.

> ***ஐயா! என் மகனுக்கு 3½ வயது. அவன் பிறந்த 5வது நாள் முதல் வலது கண்ணில் நீரும் அழுக்கும் வந்து கொண்டிருக்கிறது. டாக்டரிடம் காண்பித்து எல்லா வகையான வைத்தியமும் செய்தாகி விட்டது. எந்த பலனும் இல்லை. ஆகவே மாலை முரசு வைத்தியப் பகுதி மூலமாவது இந்த ஏழையின் குழந்தையை காப்பாற்றுவீர்கள் என்று நினைக்கிறேன்.***
>
> **- எஸ்.கே.கண்ணையன், நடுப்படுகை, தஞ்சைமாவட்டம்**

கர்ப்ப உஷ்ணத்தால் இந்த குழந்தைக்கு இப்படி நோய் வந்துள்ளது. ஜடாமாஞ்சில் என்ற வேர் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் 10 கிராம் வாங்கி 200 கிராம் நல்லெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும். பக்குவமாக காய்ச்சி இறக்கி வைத்துக் கொண்டு ஒன்று விட்டு ஒரு நாள் தலையில் தேய்த்து சீயக்காய் போட்டு குளிப்பாட்டவும்.

கண்ணில் ஊற்றும் மருந்து:

படிகாரத்தை பொடி செய்து ஒரு சிட்டிகை அளவு எடுத்து அரை தம்ளர் தண்ணீரில் கலக்கி அதில் 2 துளிகளை கண்ணில் விடவும். இப்படி தினசரி கண்ணில் விட்டுக் கொண்டு தலைக்கும் எண்ணெய் தேய்த்து வந்தால் குணமாகிவிடும்.

> ***ஐயா! எனக்கு சில வருட காலமாக வலது கண் திடீர் என்று சிவந்து விடுகிறது. கண்ணில் நீர் வடிகிறது. என் வயது 24. நான் தினமும் இஸ்திரி போடும் வேலை செய்கிறேன். தாங்கள் சித்த வைத்திய முறையில் எனது குறையைத் தீர்த்து வைக்க ஆலோசனை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.***
>
> **- எஸ்.சங்கர், சாஸ்திரிநகர்**

மேலே சொன்னபடி படிகார நீர் தயாரித்து கண்களில் விடவும். பெரியவர்கள் நிறைய விடலாம். கண் பழுது அடையாது. இதனால் கண் படலம் கூட ஓரளவு சரியாகும்.

> ***ஐயா எனக்கு 24 வயது ஆகிறது. எனக்கு புத்தகம் படித்தால் கண்ணில் நீர் வடிகிறது. 3 வருடமாக இப்படி இருந்தது. சில வேளைகளில் துணி போட்டு மறைத்தது போல் சில சமயம் லேசான கண் பார்வை மங்கலாகவும் இருந்தது. இப்போது இரவிலும், பகலிலும் கண் பார்வையில்லை. கண் டாக்டர்கள், நரம்புத் தளர்ச்சியால் ஏற்பட்டதாக சொன்னார்கள். மருந்து சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. சில நேரங்களில் காலும் கையும் 15 நிமிடங்களாக இழுத்துக் கொள்கிறது. சாப்பிட்டால் ஜீரணம் ஆவதில்லை. கை, கால் அசதி உள்ளது. இதற்கு ஏதாவது வைத்தியம் கூற முடியுமா?***
>
> **- எஸ்.நாடிமுத்து, பட்டுக்கோட்டை**

200 கிராம் அளவுக்கு சுத்தப்படுத்திய சோற்றுக் கற்றாழை சோற்றை துண்டு துண்டாக வெட்டி ஒரு பாத்திரத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும். அதனுடன் 25 கிராம் அளவு கடுக்காய் தோல் ஒன்றிரண்டாக இடித்துப் போட்டு 1 மணி நேரம் வைத்து விடவும். பிறகு எடுத்து பிழிந்தால் தண்ணீர் வரும்.

அதில் ஒரு தேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து சாப்பிட வேண்டும். நான்கு ஐந்து தடவை பேதியாகும். உப்பில்லாமல் நொய் கஞ்சி அன்று சாப்பிடவும்.

இதோடு இன்னொரு மருந்து உங்களுக்கு உண்டு. முற்றிய தேங்காயில் 5 காய்கள் வாங்கி பால் எடுக்கவும். அதன் அளவுக்கு பொன்னாங்கண்ணி சாறு சேர்த்து காய்ச்சவும்.

தேங்காய் பால் சுண்டி எண்ணெய் பிரியும் பக்குவத்தில் இறக்கி, எண்ணெயை வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு காலையில் உள்ளுக்குச் சாப்பிடவும். 3 சொட்டுகள் கண்களில் விடவேண்டும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது. உடல் தேறும். கண் பார்வையும் தெளிவாகும்.

> ***ஐயா! கடந்த ஒரு வார காலமாக எங்கள் வீட்டில் எல்லோரும் கண் நோயால் அவதிப்படுகிறோம். முதலில் என் தம்பிக்கு கண் நோய் வந்தது.பிறகு அது ஒவ்வொருவராக தொற்றிக் கொண்டது. சென்னையில் இப்போது கண் நோய் பலருக்கு இதுபோன்ற கண் நோய் இருக்கிறது. எனவே உடனடியாக இதற்கு மருந்து தெரிவித்தால் பலருக்கு உதவியாக இருக்கும் என்று நம்புகிறேன்.***
>
> **- வி.கிருஷ்ணவேணி, லாயிட்ஸ் காலனி, சென்னை**

இது சாதாரணமாக சிறுவர்களுக்கு வருவதுண்டு. பெரியவர்களையும் தாக்குவதுண்டு. இந்த நோய் வருமுன் கண்கள் கரகர வென்று மணல் கண்ணில் கொட்டியது போல் அரிக்கும். கண்கள் சிவப்பு நிறமடையும்.

இரவில் படுத்து எழுந்திருக்கும் போது கண்களை ஊளை கட்டி, கண்கள் திறக்க முடியாமல் இமைகள் ஒட்டிக் கொள்ளும்.

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் படிகாரம் 30 கிராம் வாங்கி தூள் செய்யவும். அதை ஒரு புது மண் சட்டியில் போட்டு அடுப்பில் வைத்தால் வெண்மையாக பொறியும். நன்றாக பொறிந்த பின் எடுத்து தூள் செய்து, அரை லிட்டர் தண்ணீரில் கலக்கி பிறகு வடிகட்டி புட்டியில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளவும்.

இந்த படிகார நீரை காலையிலும், மாலையிலும் நான்கைந்து துளிகள் கண்களில் விட்டு வந்தால் 3 நாட்களில் கண் நோய் நீங்கும்.

உடனடியாக உபயோகிக்க வேண்டிய அவசியம் ஏற்பட்டால், படிகாரத்தை பொறிக்காமலேயே தண்ணீரில் கலக்கி வடிகட்டி உபயோகிக்கலாம். கண்களில் அடி, குத்து, சீழ், ரத்தம் போன்றவைகளுக்கும் இந்த படிகார நீர் பலன் தரும்.

ஐயா! எனக்கு சிறு வயதில் ஒரு கண்ணில் ஏதோ வலி இருந்ததால் மருந்து ஊற்றி இருக்கிறார்கள். இப்போது கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஒரு கண்ணில் பார்வை இல்லாமல் ஆகிவிட்டது. டாக்டர் இனி ஒன்றும் செய்ய முடியாது என்று கூறிவிட்டார். எனக்கு வயது 21. ஒளி இழந்த கண்ணில் மீண்டும் பார்வை கிடைக்க செய்வீர்களா?

- எம்.தர்மராஜன், மணலி

ஐயா! எனக்கு வயது 16. உயர் நிலைப் பள்ளியில் படித்து வருகிறேன். இரவு விளக்கு வெளிச்சத்தில் படித்தாலும், பகலில் வெயிலில் போனாலும் எனது கண்களில் சில சமயம் கண்ணீர் வடிகின்றது. கண் கூச்சமும் அதிகமாக இருக்கிறது. அப்போது என்னால் பார்க்கவும், படிக்கவும் முடியவில்லை. இதனால் படிப்பு பாதிக்கிறது. ஆகவே தயவு செய்து தாங்கள் இதற்கான பரிகாரத்தை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- எச். கலிலுர் ரஹ்மான், களக்காடு

கண்களில் அடிபட்டாலும் கண்ணில் நீர் வடிந்தாலும், பார்வை குறைந்தாலும் அதற்கு தேங்காய்ப்பால் மிகவும் சிறந்த மருந்து.

முற்றிய தேங்காயை திருகி துணியில் வைத்து பிழிந்தால் பால் வரும். அதை தினமும் கொஞ்சம் கண்ணில் விட்டு வரவேண்டும். ஒரு நாள் பிழிந்த பாலை ஒரு மாதம் கூட வைத்துக் கொள்ளலாம். ஆனால் நன்றாக முற்றிய தேங்காயாக இருக்க வேண்டும். அப்படியானால் கெடாமல் இருக்கும்.

ஐயா எனக்கு வயது 21. எனது வலது கண்ணில் சிறு வெள்ளை படர்ந்து கருவிழியை மூடி விட்டது. விழியும் அதிகமாக வீங்கிவிட்டது. மருத்துவமனையில் 31 நாட்கள் சிகிச்சை பெற்றேன். 27ம் நாள் கருவிழி ஓரத்தில் சீழ் வந்துவிட்டது. கண்ணை ஆபரேசன் செய்து எடுக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் மறுகண்ணும் பாதிக்கும் என்றார். நான் பயந்து போய் வீட்டுக்கு வந்துவிட்டேன். இப்போதும் அந்த கண்ணில் லேசாக பார்வை தெரிகிறது. ஆனால் விழி சிறிது முட்டிக் கொண்டு இருக்கிறது. இந்த கண்ணை ஒளிபெறச் செய்வீர்களா?

- அ.குருசாமி, கொன்றைக்காடு

உடலில் கால்சியம் என்னும் சுண்ணாம்புச் சத்து குறைந்தால் கண் மங்கல் படலம் முதலியவை வந்து பார்வையை மறைக்கும். சுண்ணாம்புச் சத்து குறைவாக இருப்பவர்கள் ஒரு நாளுக்கு 3 முறையாவது சாப்பாட்டுக்கு பிறகு வெற்றிலை பாக்கு உபயோகிப்பது நல்லது. அதில் உபயோகிக்கும் சுண்ணாம்பு கல் சுண்ணாம்பாக இருக்க வேண்டும்.

கண்களில் எந்த நோய் வந்தாலும் ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும். கண்ணை பரிசீலிக்கும் டாக்டர்கள் அவசரப்பட்டு கண்களை தோண்டுவதோ, ஆபரேசன் செய்வதோ கூடாது. முடிந்த அளவு மருந்தால் குணப்படுத்த முயற்சிக்க வேண்டும்.

முற்றிய கருப்பு தேங்காய் வாங்கி திருகி துணியில் வைத்து பிழிந்தால் பால் வரும். அதை புட்டியில் அடைத்து வைத்தால் எத்தனை மாதமானாலும் கெடாது. தென்னங்குச்சியால் இந்தப் பாலில் நான்கைந்து சொட்டுகள் எடுத்து கண்ணில் விடவும். அதன் பிறகு அதை கண்ணுக்கு மையிடுவது போல் தீட்டவும்.

விழி, தள்ளிக் கொண்டு இருக்கும் கண்ணுக்கு ஒரு நாளைக்கு 3 வேளை தேங்காய்ப்பால் விடவும். மற்ற கண்ணில் 2 தடவையாவது விடவும். ஒருவேளை 'துரு' வந்திருக்கும். கண்ணுக்கு ஆபரேசன் செய்யும் நிலை ஏற்பட்டாலும் கூட, மற்ற கண்ணுக்கு தொடர்ந்து போட்டு வந்தால் அதாவது கெடாமல் இருக்கும்.

ஐயா! என் தாயாருக்கு வயது 43 ஆகிறது. என் தாயின் இரண்டு கண்களிலும் பூ விழுந்து உள்ளது. அது கருவிழியில் நடுவில் உள்ளது. அது சுமார் ஒரு வருடமாக உள்ளது. ஒரு கண் ஆபரேசன் செய்து விட்டோம். மற்றொரு கண்ணில் பூ உள்ளது. அதைப் போக்க சித்த வைத்தியத்தில் மருந்து இருந்தால் தெரியப்படுத்தவும். அந்த மருந்தை ஊற்றினால் பூ கரைந்து

விடுமா? கண்பார்வை சரியாக பழையபடி தெரிய மருந்தை தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஆர்.ரவி, திருச்சி

கனாச் செடி என்பது கொத்துச் செடிகளாக இருக்கும். சிறு மல்லி பூ போல் பூக்கள் பூக்கும். இதில் சிறுகளா, பெருங்களா என இரு வகை உண்டு. சிறுகளாவின் காய்கள் குன்றி அளவு இருக்கும். இந்த சிறுகளாவின் பூக்களை பறித்து கையில் கசக்கி கண்களில் விடவும். நாள் ஒன்றுக்கு இரண்டு வேளை காலை, மாலை விடாமல் 40 நாட்கள் ஊற்றினால் குணம் காணும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 17. நான் சிறு வயதில் பட்டாசு வெடிக்கும் போது தேங்காய் சிரட்டையின் ஒரு பகுதி உடைந்து வந்து கண்ணில் பட்டது. அதில் இருந்து அந்தக் கண்ணின் பார்வை மங்கலாக தெரிகிறது. பல டாக்டர்களிடம் காண்பித்தேன். கண்ணுக்குள் நரம்பு தடித்து இருப்பதாக கூறுகிறார்கள். இதற்கு ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்கிறார்கள். குணமடைய ஏதாவது வழி சொல்லுங்கள்.

- பி.ராஜி, தண்ணீர்பள்ளி

கண்களில் ஏற்படும் படலம், பூ விழுதல், அடிபடுதல் போன்றவை களுக்கு தாழம்பூ தைலம் குணமளிக்கும். தாழம்பூ வாங்கி அதன் முற்றிய இதழ்களை எடுத்து இளசாக இருப்பதை சிறு துண்டுகளாக வெட்டி போட்டு அது மூழ்கும் அளவுக்கு நல்லெண்ணெய் ஊற்றி வெயிலில் வைக்கவும்.

ஒரு வாரம் கழித்து அந்த எண்ணெய்ப் புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இதை காலை மாலை 2 சொட்டுகள் கண்களில் விட்டு வந்தால் கண்களில் வரும் நோய் தீரும்.

என் காது மந்தமாக உள்ளது என்பதற்காக இருபுறமும் அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்டேன். இரண்டு காதும் கேட்பதில்லை. வருவாய் உள்ள வேலையை காது கேட்கவில்லை என்ற காரணத்தால் வேலை இழந்து சிரப்படுகிறேன்.

என் தலையில் எப்போதும் மோட்டார் ஓடுவது போன்று சத்தம் இருந்து வருகிறது. இரவு சரியாகத் தூக்கம் வருவதில்லை. இதற்கு தாங்கள் தயவு செய்து சிகிச்சைக்கான வழிவகைகளை தெரிவிக்க மன்றாடுகிறேன்.

- ராஜகோபாலன், மே.க.கோட்டை

நகம் என்னும் நாகணம் என்ற ஒரு மருந்து நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதன் விலை ஒரு கிலோவுக்கு கிட்டத்தட்ட 100 ரூபாய் இருக்கும். இதில் 20 கிராம் வாங்கிக் கொண்டு அதை உரலில் போட்டு ஒன்றிரண்டாக இடித்து கால் லிட்டர் தண்ணீரில் ஊற வைக்கவும்.

ஒருநாள் ஊறிய பிறகு நீரைக் கொட்டிவிட்டு அரை லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் இந்த நாகணத் தூளைப் போட்டுக் காய்ச்சவும். ஒரு மணமான புகை கிளம்பும். அது வெந்த பின் மேலே மிதக்கும். அப்போது இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்து தினமும் தலையில் தடவிக் கொள்ளவும். தலையில் ஓடும் ரத்தம் குறையும். 2 காதுகளிலும் இரவில் சில துளி விட்டு அடைத்துக் கொள்ளவும்.

இவ்விதம் நான்கைந்து மாதங்கள் செய்தால் காது கேட்கும் சக்தி வராவிட்டாலும் மோட்டார் ஓடும் சத்தம் குறைந்து தூக்கம் வரும். ஆபரேசன் செய்து விட்டதால் காது மந்தம் நீங்குவது சந்தேகம்தான்.

ஐயா! எனக்கு வயது 26. காதில் கடந்த ஐந்து வருடங்களாக அரிப்புடன் கூடிய வலி இருந்து கொண்டே உள்ளது. டாக்டர்களிடம் காண்பித்ததற்கு என் காதில் ஓட்டை இருப்பதாகவும் ஏதோ ஒன்று வளர்ந்து வருவதாகவும் கூறுகின்றனர். பல மருந்துகள் உபயோகித்தும் பலன் ஏற்படவில்லை.

எண்ணெய் தேய்த்து முழுகினாலும் தலைக்கு குளித்தாலும் மேற்கண்ட வலி அதிகமாகி வருகிறது. பஞ்சு கொண்டு துடைத்துப் பார்த்தால், ஏதோ கருப்பாக ஒரு விதமான அழுக்கு வருகிறது.

என்னுடைய காது நோய்க்கு தாங்கள்தான் நல்ல மருந்து கூறுவீர்கள் என்று நம்பி இக்கடிதம் எழுதுகிறேன்.

- ப. செல்வராணி, பட்டுக்கோட்டை

வேப்ப எண்ணெய் 200 மில்லி, கடல் சோழி - 5 எடுத்து இடித்து ஒன்றிரண்டாக பொடி செய்து போட்டுக் காய்ச்சவும். புகை கிளம்பும்போது இறக்கி ஆற வைத்து 4 அல்லது 5 சொட்டுகள் காதில் விடவும். காதில் அரிப்பு, மந்தம், வலி, புண் முதலியவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. என் காதில் சீழ் வடிந்து கொண்டிருக்கிறது. பல மருந்துகள் ஊற்றியும் இன்னும் நின்றபாடில்லை.

இதற்கு முன்பு இந்த நோய்க்கு மாலைமுரசில் மருந்து கூறி இருந்தாலும் எனக்காகவும், என்னைப் போன்று பாதிக்கப் பட்டவர்களுக்காகவும், அதை வெளியிடுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ராஜன், குமரி

உச்சி கெட்டால் உடலெல்லாம் கெடும். கழுத்துக்கு மேலேயுள்ளது தேவலோகம். தலையில்தான் உள்ளது உச்சி. இதுதான் சிகரம். இங்குதான் தில்லை உள்ளது. நடராஜர் நடனமாடுவது அங்குதான்.

ஆகவே அதை பழுதில்லாமல் வைத்துக் கொண்டால் பல நோய்கள் நம்மை அணுகாது.உடல் வன்மை, மன வன்மையைப் பொறுத்தே அவ்வுச்சியின் வன்மை இருக்கும்.

உடல் வன்மை நம் உணவு கட்டுப்பாடுகளில் உள்ளன. அடிக்கடி கிடைத்த போதெல்லாம் உணவு அருந்தக் கூடாது. ஓசியில் காபி டிபன் கிடைக்கிறதென்றால் கைகழுவிச் சாப்பிட தயாராகி விடக் கூடாது.

ஒருவேளை உண்கிறவன் யோகி, இருவேளை உண்கிறவன் போகி, மூன்று வேளை உண்பவன் ரோகி; நான்கு வேளைகள் உண்பவன் பாவி என்பது பெரியோர்களின் அமுதவாக்கு. மூன்று வேளைகள் உண்டு நோய் வந்தாலும் மருந்து சாப்பிடலாம். ஆனால் நான்கு வேளைகள் உண்பவன் தற்கொலை செய்து கொள்கிறான். மருந்துகள் அவனுக்கு பயன் தராது. ஆகவே நம்முடைய உணவு எளிமையானதாக இருத்தல் நலம். அதுவும் கன ஆகாரத்தை இரண்டு வேளைகள்தான் உண்ண வேண்டும்.

மூக்கு, கண், காது, தொண்டை ஆகியவற்றுக்கு பழுது வராமல் இருக்க தைலங்களை தலைக்கு தேய்த்து குளிக்க வேண்டும். எண்ணெயில் எள் எண்ணெய்க்கு நல்லெண்ணெய் என்று பெயரிட்டனர். அது வேடிக்கைக்காக அல்ல.

அந்த நல்லெண்ணெய் ஒரு லிட்டர், கரிசாலை செடி முழுமையும் இடித்து பிழிந்த சாறு ஒரு லிட்டர், பசும்பால் ஒரு லிட்டர், இந்த மூன்றையும் கலந்து அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரித்து நெய் காய்ச்சும்

பக்குவத்தில் காய்ச்சி அடுப்பிலிருந்து இறக்கும்போது பச்சை கற்பூரம் 2 கிராம் பொடி செய்து போட்டு கலக்கி, நன்றாக ஆறிய பின் வடிகட்டி புட்டியல் அடைக்கவும்.

அதை தினமும் தலையில் தடவி முடி சீவிக் கொள்ளவும். வாரத்திற்கு ஒருநாள் ஒரு அவுன்ஸ் அளவு தலையில் தேய்த்து சீயக்காய் போட்டு வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

இந்த எண்ணெயை லேசாக சூட வைத்து காதில் விடவும். தங்கள் நோய் குணமாகும். நடராஜரும் தில்லையில் நன்றாக நடனமாடுவார்.

ஐயா! எனக்கு வயது 68. கடந்த 5 வருடங்களாக என் காது சிறிது சிறிதாக மந்தமாகி வருகிறது. உரக்க பேசினால் கேட்கிறது. டாக்டர் சோதித்து, காதில் ஒரு குறையும் இல்லை என்கிறார்கள். காது கேட்கும் கருவி வைத்துக் கொள்ளவா வேண்டாமா என்று குழப்பமாக உள்ளது. உங்கள் கருத்தை அறிய விரும்புகிறேன்.

- எம்.பழனிச்சாமி, தூத்துக்குடி.

கடல் சோழி 15 வாங்கி அதை எலுமிச்சம் பழத்தின் சாற்றால் ஒரு நாள் ஊற வைத்து பிறகு தண்ணீரில் அலம்பவும். அதை நன்றாக பொடி செய்து, வேப்பெண்ணெய் 200 மில்லி வாங்கி அதில் போட்டு காய்ச்சவும். சிடு சிடுப்பு அடங்கியதும், இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும்.

தினசரி இதில் நாலைந்து சொட்டுகள் காதில் விட்டு பஞ்சு வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இப்படி 20 நாட்கள் செய்தால் காது மந்தம், காது அடைப்பு நீங்கிவிடும்.

ஐயா! எனக்கு பிறந்த மூன்றாவது நாளிலிருந்து இரண்டு காதுகளில் சீழ் வந்து கொண்டிருக்கிறது. காதும் மந்தமாக உள்ளது. காதில் வலி கிடையாது. ஆகவே உங்கள் ஆலோசனைப்படி மருந்து சாப்பிட விரும்புகிறேன். அதற்கான ஆலோசனையை தெரிவியுங்கள்.

- ஆர்.ரவிச்சந்திரன், கீழ்கொருக்குப்பட்டு

முற்றிய தேங்காய் பால் 200 மில்லி எடுத்து அதில் தேள் கொடுக்கு என்னும் பச்சிலைச் சாறு 200 மில்லி கலந்து சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும். எண்ணெய் பிரியும். நன்றாக பிரிந்த பின் அதை மட்டும் வடித்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். அதை காதில் நாலைந்து சொட்டு விட்டு பஞ்சு அடைத்துக் கொள்ளவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 50 ஆகிறது. 10வருட காலமாக என் காது ஒலி மிகவும் குறைவாக உள்ளது. மெதுவாகப் பேசினால் கேட்பதில்லை. வாயு பதார்த்தங்கள் சாப்பிட்டால் மேலும் தொல்லை கொடுக்கிறது. இது என் வாழ்க்கையை மிகவும் பாதிக்கிறது. ஆங்கில மருந்து சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை. எனவே இதற்குரிய மருந்து விவரங்களை தெரிவியுங்கள்.

-எம். கந்தசாமி, திருச்சி

காது மந்தம் என்பது உடலின் நரம்பு தளர்ச்சி உண்டாகும்போது ஏற்படுவதாகும். இதற்கு அயச் செந்தூரம், அசுவகந்தி லேகியம் போன்ற மருந்துகள் சாப்பிடவேண்டும். நாட்டு மருத்துவரிடம் சென்று வாங்கி இரண்டு மூன்று மாதங்கள் சாப்பிடுங்கள். அசுவகந்தி லேகியம் தயாரித்து சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு சிறிது காலமாக இரவில் காதில் அரிப்பு ஏற்படுகிறது. சில சமயங்களில் யாராவது மெதுவாக பேசினால் காதல் விழுவதில்லை. டாக்டரிடம் காட்டினேன். அவர் நரம்புத் தளர்ச்சி என்று சொல்லிவிட்டார். அதற்கு 7 ஊசிகள் போட வேண்டும் என்றும் ஒரு ஊசிக்கு 100 ரூபாய் ஆகும் என்றும் காதுக்கு மருந்துக்கு 50 ரூபாய் என்றும் சொன்னார். நான் ஒரு ஊசிதான் போட்டேன். மேற்கொண்டு ஊசி போட பண வசதியில்லை. அதனால் தங்களுக்கு எழுதியிருக்கிறேன். அதற்கு மருந்து இருந்தால் சொல்லவும்.

- சண்முகசுந்தரம், திருச்சி

நிலப் பனங்கிழங்கு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, பூமிச் சர்க்கரை கிழங்கு இந்த மூன்றையும் நாட்டு மருந்து கடைகளில் 100 கிராம் அளவு வாங்கி இடித்து நன்றாக பொடி செய்து கொள்ளவும். அத்துடன் 100 கிராம் கற்கண்டு தூள் சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை அரை தேக்கரண்டி வீதம் எடுத்து நெய் விட்டு குழப்பி சாப்பிடவும். இரண்டு மூன்று மாதங்கள் இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் உடலில் சதை பிடித்து பலம் ஏற்படும்.

ஐயா! என்னுடைய காதில் சீழ் வடிகிறது. அதற்காக நான் மருத்துவமனையில் ஆபரேசன் செய்து கொண்டேன். ஆனால் மறுபடியும் சீழ் வடிகிறது. அதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும். இதை நிறுத்துவதற்கு மருந்து கூறுங்கள்.

- கே.தேவேந்திரன், மதுராந்தகம்

காதில் சீழ், மந்தம், அடைப்பு போன்றவைகளுக்கு கற்றாழை போன்று சிறிதாக மருள் என்ற பெயருடன் ஒரு செடி உள்ளது. சில பங்களாக்கில் அழ

குக்காக வைத்திருப்பார்கள். அந்த செடியில் அதன் மடல்களில் இரண்டு எடுத்து நெருப்பில் லேசாக வாட்டவும். பிறகு கையால் பிழிந்தால் சாறு வரும். அதை சில சொட்டுகள் காதில் விட்டு பஞ்சு வைத்து அடைத்துக் கொள்ளவும். தொடர்ந்து இப்படி செய்து வந்தால் மேற்படி நோய்கள் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 23. திருமணம் ஆகிவிட்டது. என்னுடைய இரு காதுகளிலும் இரவில் கடுமையான ஊறல் எடுக்கிறது. இதனால் பல இடைஞ்சல் வருகிறது. இறைச்சி, கருவாடு சாப்பிட்டால் இது அதிகமாகிறது. இதை தடுப்பதற்கு வழி சொல்லுங்கள்.

- எம்.எம்.அப்துல்காதர், கடையநல்லூர்

காது நமைச்சல், குத்தல், சீழ் வடிதல் போன்றவைகளுக்கு கீழ்க்கண்ட எண்ணெயை தயார் செய்து உபயோகிக்கவும். குழந்தைகளுக்கு கூட இதை காதில் விடலாம். பஞ்சு வைத்து முதலில் காதை சுத்தம் செய்து கொண்டு பின்னர் எண்ணெயை விட வேண்டும்.

வசம்பு, பூண்டு, பெருங்காயம் ஆகியவை 20 கிராம் வீதம் வாங்கவும். கணு நீக்கிய பிரண்டை 20 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். இவற்றை இடித்து ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சவும். தைல பதமாக வரும்போது இறக்கி வடிகட்டி ஒரு புட்டியில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இந்த எண்ணெயை இங்க் பில்லர் கொண்டு காதில் சில சொட்டுகள் விட்டு வந்தால் காது நோய் தீருவதோடு கன்மங்கள் கூட குணமாகும்.

ஐயா! என் மகனுக்கு வயது 12. பிறந்ததில் இருந்து அவனுக்கு காதில் சீழ் வடிகிறது. எவ்வளவோ மருந்துகள் உபயோகித்தும் பயன் இல்லை. கேட்கும் சக்தியை இழந்து விடுவானோ என்று பயமாக இருக்கிறது. எனவே தாங்கள் அருள்கூர்ந்து இதற்கு தகுந்த வைத்திய முறையை தெரியப்படுத்துங்கள்.

- வி.கே. ஆர்.சுப்பையா, விருத்தாசலம்

வில்வ பழத்தை உடைத்து அதில் இருக்கும் சதையை எடுத்து பசும் பால் விட்டு அரைக்கவும். அதை 200 மில்லி நல்லெண்யில் போட்டு காய்ச்சி ஆற வைக்கவும். இந்த எண்ணெயை காதில் விட்டு வரவும்.

அருகம்புல் ஒரு கைப்பிடி கொண்டு வந்து 10 மிளகு சேர்த்து பசும்பால் விட்டு அரைக்கவும். அதை பசும்பாலில் கலக்கி சூட வைத்து வாரம் இருமுறை தலையில் தேய்த்து குளிக்க வேண்டும். இப்படி செய்தால் காதில் சீழ் வடிவது நின்று விடும்.

ஐயா! என் மனைவி உதட்டில் இரண்டு மூன்று வருடங்களாக புண் அதிகமாக இருக்கிறது. எவ்வளவோ ஊசி, மாத்திரை உபயோகித்தும் குணமாகவில்லை. உங்கள் வைத்தியத்தில் நம்பிக்கையுடன், தீராத வியாதி ஒன்றுக்கு நான் மருந்து சாப்பிட்டு குணம் அடைந்தேன். அதனால் என் மனைவியின் நோய்க்கும் மருந்து தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கா. ஜார்க்காவலன்,வஉசி நகர், ராஜவல்லிபுரம்

செம்பரத்தன் என்று ஒரு செடி உண்டு. அது செம்பருத்தி அல்ல. இதன் பூ சிகப்பாகவும் நாக்கு போல் ஒன்றும் அதில் தொங்கும்.

இந்தச் செடியின் இலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் அரைத்தேக்கரண்டி சேர்த்து அரைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் 10 நாட்கள் மோரில் சாப்பிடவும். இதனால் வாய்ப்புண், குடல் புண், தொண்டைப் புண் முதலியவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 40. பல மாதங்களாக எனக்கு கடுமையான வாய்ப்புண் இருக்கிறது. பலமுறை ஆங்கில வைத்திய சிகிச்சை பெற்றும் குணமாகவில்லை. திடீர் என்று காலையில் வாய் உதடு, நாக்கு எல்லாம் புண்ணாகி விடுகிறது. தாங்கள் இதை நிரந்தமாக குணமாக்க ஆலோசனை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- எஸ். சாந்தி, பத்மனாபபுரம்

வாய்ப்புண் என்பது வாயில் மாத்திரம் வருவதில்லை. தொப்புளில் இருந்து வாய் வரை வேக்காட்டினால் வரும். இதை தாபிரணம் என்று கூட சொல்வார்கள்.

வெள்ளை குங்கிலியம், பொறித்த படிகாரம், கற்கண்டு ஆகியவை 20 கிராம் வீதம் எடுத்து பொடி செய்து கலந்து புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு வீதம் காலை, மாலை நெய்யில் சாப்பிட்டு வந்தால் தொப்புள் ரணம், வாய் ரணம் ஆறிவிடும்.

ஐயா! நான் 9வது வகுப்பு படிக்கிறேன். பேசும் போதும், புத்தகங்களை வாசிக்கும் போதும் வாய் திக்குகிறது.இதைப் போக்க என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை விரைவில் தெரிவிக்க கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ப.கந்தசாமி, புல்லுக்காட்டு நஞ்சை, நெல்லை மாவட்டம்

திக்குவாய்க்கு ஏற்கனவே இரண்டு மூன்று முறை மருந்து எழுதி இருக்கிறேன். இதை குணப்படுத்த மருந்து வேண்டாம்.

கிரேக்க நாட்டைச் சேர்ந்த டெமாஸ் தனீஸ் என்பவர் பெரிய பேச்சாளர். ஆனால் இவர் ஆரம்பத்தில் திக்கு வாய்க்காரர்தான். அவர் கூழாங்கற்களை வாயில் போட்டு பேசிப் பழகினார். பிறகு பாராளுமன்ற உறுப்பினராக அங்கே பேசும் அளவுக்கு திறன் பெற்றார்.

நீங்களும் அதன்படியே கூழாங்கற்களை வாயில் போட்டு பேசுங்கள். முதலில் கஷ்டமாக இருந்தாலும் பிறகு சரியாகிவிடும்.

ஐயா! நான் 3 வருடங்களாக வாய்ப்புண்ணால் அவதிப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறேன். எவ்வளவோ மருந்து, மாத்திரை சாப்பிட்டும் இந்த நோய் குணமாகவில்லை. இதற்கான மருந்தை சொன்னால் என்னைப்போல் அவதிப்படுபவர்களுக்கு உதவியாக இருக்கும்.

- சா.பாஸ்கர், முதலியார்சத்திரம்

சோற்றுக் கற்றாழை தோலை சீவி விட்டு, சோற்றை எடுத்து நன்றாக தண்ணீர் விட்டு அலசவும். பிறகு அதனுடன் பனை வெல்லம் அல்லது கற்கண்டு சேர்த்து காலை, மாலை தினசரி சாப்பிடவும்.

விளக்கெண்ணெய் 250 மில்லி எடுத்து அதில் 25 கிராம் வெந்தயத்தைப் போட்டு காய்ச்சவும். வெந்தயம் சிவந்த உடன் இறக்கி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இரவு படுக்கும் போது இதில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீர் அல்லது பசும்பாலில் விட்டு சாப்பிடவும். பேதி அதிகமாகும்: 1/2 தேக்கரண்டி அளவாகக் குறைத்துக் கொள்ளவும். இதைத் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண் ஆகியவை குணமாகும்.

ஐயா எனக்கு வயது 19. கடந்த 2 வருடங்களாக தூங்கும் போது உமிழ் நீர் வடிந்து தலையணை நனைவதோடு முகம் எல்லாம் வழிகிறது. காலையில் எழுந்ததும், முகம், வாய் எல்லாம் ஒரே நாற்றம் அடிக்கிறது. இதைத் தடுக்க உங்கள மருத்துவ உதவியை நாடுகிறேன்.

- முகமது அலி ஜின்னா, பட்டுக்கோட்டை

சுக்கு 15 கிராம், சீரகம் 10 கிராம், அக்கிரகாரம் 10 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கு தோலை அகற்றி விடவும். பிறகு இடித்து தூள் செய்யவும். சீரகத்தை லேசாக வறுக்கவும். அக்கிரகாரம் என்பது குச்சி போல் இருக்கும். இதை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து சட்டியில் போட்டு வறுக்கவும்.

புகை கிளம்பும்போது இறக்கி, சீரகத்தையும், அக்கிரகாரத்தையும் சேர்த்து சூரணம் செய்து அதனுடன் சக்குத் தூள் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

எலுமிச்சம்பழத்தின் சாறு 200 மில்லி எடுத்து அதனுடன் சர்க்கரை 100 கிராம் சேர்த்து கலக்கி அடுப்பேற்றி காய்ச்சவும். லேசாக பாகு வரும் போது மேற்சொன்ன சூரணத்தை போட்டு கிண்டினால் லேகிய பதத்தில் வரும். அதை பத்திரப்படுத்தி வைத்துக்கொண்டு ஒரு கோலி அளவு காலையிலும், மாலையிலும் உள்ளுக்கு மென்று சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா! என் நண்பர் ஒருவர் வீட்டு பெண் குழந்தைக்கு வயது 8. ஆனால் 4 வயதுதான் மதிப்பிட முடியும். காது கேட்கிறது. பேசுவதில்லை. அம்மா, அப்பா, தண்ணீர் என்று சில சொற்கள் மட்டுமே பேசுகிறது. அமெரிக்காவுக்கு சென்றாலும் இதை பேச வைக்க முடியாது என்று டாக்டர் கூறினார். குழந்தை சில வேளைகளில் பேச முயல்கிறது. ஆனால் பேச முடியவில்லை. இதற்கு தாங்கள் ஆலோசனை என்ன?

- டி.ராஜன், திருச்சி

அமெரிக்காவிற்குப் போனாலும் நோய் குணமாகாது என்று ஒரு டாக்டர் கூறியதாக எழுதியிருக்கிறீர்கள். அமெரிக்காவில் இந்திய டாக்டர்களை விட உயர்ந்த அறிவுடையவர்கள் இல்லை என்பதை நாம் அறிவோம்.

நம் இந்திய மருத்துவர்களை அமெரிக்காவில் உள்ள மக்கள் அவர்களே விரும்பி நாடி மருத்துவம் செய்து கொள்கிறார்கள். நானும் சில டாக்டர்களை அமெரிக்காவில் சந்தித்தேன். நம் நாட்டு மருத்துவர்களை விட பகுத்தறிவில் சிறந்தவர்கள் என்று சொல்ல முடியாது.

ஆகவே அமெரிக்காவுக்கு போய் புதிதாக டாக்டர் ஏதோ கற்றுக் கொண்டு வந்து விட்டதாக மக்கள் நினைப்பது தவறு. நூற்றுக்கு இருபத்தைந்து சதவிகிதம் நோயுற்று நோயினால் அமெரிக்காவில் இன்றும் என்றும் செத்துக்கொண்டுதான் இருக்கிறார்கள்.

அமெரிக்காவுக்கு போய் வந்த டாக்டர்கள் கட்டணத்தைத்தான் உயர்த்துகிறார்களே தவிர புதிதாக ஒன்றுமில்லை. அறியாமையால் நம் மக்கள் அந்த டாக்டர் அமெரிக்காவுக்குப் போய் வந்தவர் என்று பெருமைப்படுத்தி சொல்வது வருந்தத்தக்கதாயுள்ளது.

ஆகவே அமெரிக்காவுக்கு போனாலும் தீராது என்று சொல்லும் கூற்று அர்த்தமற்றது. உங்கள் குழந்தை நாலணா பெறுமானமுள்ள வசம்பினால் பேசத் தொடங்கி விடும். வசம்பு நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். இதையும் பாட்டிமார்கள் நிறைய குழந்தைகளுக்கு உபயோகித்து பல குழந்தைகளின் நோய்களை தீர்த்து வந்தனர்.

வசம்பை வாங்கி ஒரு விளக்கில் விளக்கெண்ணெய் ஊற்றி அந்த விளக்கில் வசம்பைச் சுட்டு கரியாக்கி தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். அந்த தூள்டை ஒரு குன்றியெடை தேன் விட்டு குழைத்து குழந்தையின் நாக்கில் காலை மாலை தேய்த்து அதை சாப்பிடும்படி செய்யவும். இப்படி மூன்று மாதம் செய்தால் நாக்கிலுள்ள தடிப்பு குறைந்து பேச்சு சுலபமாக வரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18 ஆகிறது. நான் திக்கி திக்கி பேசும் வாய் உள்ளவன். இப்போது நான் கல்லூரியில் படிக்கிறேன். வாய் இருந்தும் ஊமையாய் இருக்கிறேன். நான் பேசும்போது நாக்கை வெளியே நீட்டிதான் பேச முடிகிறது. அதுவும் சிறிது நேரம் கழித்துதான் நான் பேசும்போது பலர் என்னை கிண்டல் செய்கிறார்கள். இதனால் நான் மனம் வெறுப்படைந்து கண்ணீருடன் இந்தக் கடிதத்தை எழுதுகிறேன்.

ஆகையால் வாய் திறந்து மற்றவர்கள் போல் அழகாக பேச உங்களுடைய வைத்திய உதவியை நாடுகிறேன்.

- ஜே.பி.ஆனந்த், அமிஞ்சிக்கரை

திக்குவாய் உள்ளவர்கள் பயப்படக் கூடாது. தைரியமாக பேச முயல வேண்டும். நமக்கு திக்குவாய் ஆயிற்றே என்ற உணர்வே இருக்கக் கூடாது. பேசுவதற்கு முன் என்ன பேச வேண்டுமோ அதை ஊன்றி கவனித்துப் பேச வேண்டும்.

ஆறுகளில் கிடைக்கும் கூழாங்கற்கள் மழமழவென்று இருக்கும். கூழாங்கல்லை எடுத்து ஒரு கழற்சிக் காய் அளவு வாயில் அடக்கிக் கொண்டு பேசிப் பழக வேண்டும். இப்படி சில நாட்கள் பழகினால் திக்குவாய் அகன்று விடும். தங்களை பார்த்து பலர் கிண்டல் செய்வதாக எழுதியுள்ளீர்கள். அப்படி கிண்டல் செய்பவர்களுக்கு அவர்களுடைய மனைவியோ, கணவனோ அல்லது அவர்களுக்கு பிறக்கும் குழந்தையோ, திக்கு வாயாக பிறக்கக் கூடும் என்பதை அவர்கள் அறிந்தார்களில்லை. எனவே அதைப்பற்றி நீங்கள் கவலைப்படாமல் தைரியமாக இருக்கவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 17. நான் பத்தாவது வகுப்பு படிக்கிறேன். பனிக் காலத்தில் உதட்டில் மேல் வெடிப்பு ஏற்படும். வெண்ணை தடவினால் சரியாகும். ஆனால் கடந்த வருடம் முதல் அது சரியான பிறகு, உதட்டில் மீசை போல் கருப்பாக உள்ளது. மீண்டும் வெடிப்பு வந்துவிட்டது. இது வராமல் தடுக்க முடியுமா?

- ஆர். தில்லைகுமார், உறையூர்

வெள்ளை குங்கிலியம் என்னும் ஒருவித பிசின் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் 20 கிராம் வாங்கி அம்மியில் வைத்து நன்கு தூள் செய்து தேங்காய் எண்ணை சிறுக சிறுக விட்டு அரைத்து மெழுகு பதமாக வரும் போது எடுத்து டப்பியில் அடைத்துக் கொள்ளவும்.

அந்த மெழுகை உதடுகளில் வரும் வெடிப்புகளுக்கு அல்லது கால்களில் வரும் வெடிப்புகளுக்கு பூசி கொண்டு வந்தால் நோய் குணமாகும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 23. என் உதடு 2 வருடங்களாக சிவப்பு நிறமாக உள்ளது. இதனால் பார்க்க அசிங்கமாக இருக்கிறது. உதட்டில் உள்ள தோல் 3 நாட்களுக்கு ஒருமுறை வெடித்து செதில் செதிலாக வருகிறது. இதைப் போக்க சிறந்த வழி கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.***
>
> **- எம்.ஆனந்தன், திருச்சி**

சிலருக்கு உதடுகளை பல்லால் கடிக்கும் பழக்கம் உண்டு. அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு உதடு தோல் வெடித்து சிவப்பாகவோ, வெள்ளையாகவோ இருக்கும். இந்த பழக்கத்தை அறவே விட்டு விட வேண்டும்.

தாங்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்து செய்து அடிக்கடி உதட்டில் தடவவும்.

குண்டுமணி 10 எடுத்து இரவு தண்ணீரில் போட்டு 3 நாள் கழித்து எடுத்து தோலை அகற்றி உள்ளே இருக்கும் பருப்பை மட்டும் தண்ணீர் விட்டு வெண்ணை போல் அரைக்கவும். அதை தினசரி இரவில் படுக்கும் போது உதட்டில் தடவி வந்தால் நிறம் மாறி, அவ்வப்போது தோல் உரிவதும் நின்றுவிடும்.

> ***ஐயா எனக்கு வயது 17. எனக்கு உமிழ்நீர் அதிகமாக சுரக்கிறது. இதனால் சரியாக தூங்க முடியவில்லை. பேசும்போது சிரமமாக இருக்கிறது. இதை குறைப்பதற்கு என்ன வழி/***
>
> **- பி.கணேசன், புதுப்பேட்டை**

இந்த நோய் பித்த மிகுதியால் உண்டாவதாகும். ஆகவே அடிக்கடி காபி, டீ சாப்பிடுவதை குறைக்க வேண்டும்.

கடுக்காய் என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கி உடைத்து கொட்டையை அகற்றி தோலை மட்டும் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு தோளில் பாதி அளவு எடுத்து வாயில் அடக்கிக் கொள்ளவும். லேசாக உமிழ்நீர் சுரக்கும். இதை மாலையில்தான் உபயோகிக்க வேண்டும். பாதி கடுக்காய் தீரும்வரை லேசாக மென்று உமிழ்நீரை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உட் கொள்கொள்ளவும். இப்படி 25 நாட்கள் செய்தால் எச்சில் அதிகமாக வருவது சரியாகும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 17. மாலையில் வாயிலிருந்த ஒருவித நாற்றம் வருகிறது. பகலில் அப்படி இல்லை. தண்ணீர் குடித்தால் சரியாகி விடுகிறது. மற்றவர்களுடன் பேசும்போது தலையை குனிந்து கொண்டே பேச வேண்டியதிருக்கிறது. இந்த நோயைக் குணப்படுத்த எளிய மருந்து கூறுங்கள்.***
>
> **- எஸ்.ராஜேந்திரன், தாம்பரம்**

கோஷ்டம் என்பது ஒருவகை வேர் போல் இருக்கும். நாட்டு மருந்து கடைகளில் இதில் 100 கிராம் வாங்கி, நன்றாக இடித்து சலித்து சூரணம் செய்யவும். அதனுடன் தேவையான அளவு சர்க்கரை (சீனி) சேர்த்து டப்பியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் காலை, மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிட்டு வந்தால் வாய்நாற்றம், உடம்பில் உள்ள கற்றாழை நாற்றம் போன்றவை அகலும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 33. வாய் கசப்பாக இருக்கிறது. நாக்கு சுவை அறிய முடியவில்லை. ஏதாவது கஞ்சிதான் குடிக்கிறேன். அதுவும் ருசி தெரிவதில்லை. சாப்பாடு செல்வதில்லை. இதற்கு தாங்கள் தான் நல்ல மருந்து கூற வேண்டும்.***
>
> **- டபிள்யு. ஆண்டாள், திருச்சி**

உங்கள் உடம்பில் பித்த நீர் அதிகம் சுரப்பதாக தெரிகிறது. எனவே கீழ்க்கண்ட மருந்தை காலை, மாலை 20 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

காட்டு சீரகம், சீரகம், கருஞ்சீரகம், இஞ்சி, இந்துப்பு இவைகளை தலா 100 கிராம் வீதம் வாங்கவும். சீரக வகைகளை ஒரு கோப்பையில் போட்டு இஞ்சியை சிறு துண்டுகளாக வெட்டிப் போடவும். இந்துப்பை பொடி செய்து அதில் வைக்கவும். பிறகு இவையெல்லாம் மூழ்கும் அளவுக்கு எலுமிச்சை சாறு ஊற்றி வெயிலில் வைக்கவும். நன்றாக உலர வேண்டும்.

அதன்பின் எடுத்து நன்கு அரைத்து பொடியாக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிட்டு தண்ணீர் குடிக்கவும். 40 நாட்கள் சாப்பிட்டால் பசி உண்டாகும். வாய் ருசி தெரியும். வயிற்றில் புண் இருந்தால் குணமாகும்.

ஐயா, 26 வயதான எனக்கு சிறு வயதில் இருந்தே முன் பற்களில் கரை படிந்து பார்க்க அருவருப்பாக இருக்கும். என் பற்களின் கறையை போக்கி என் மனக் குறையை தீர்க்கவும்.

-எம்.பி.ராமு, சென்னை-40

பதில்: நாட்டு கஸ்தூரி, நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கி, ஒரு சிறிய சட்டியில் போட்டு வறுத்தால் வெள்ளையாக பொறிந்து விடும். அதை நன்றாக அரைத்து தூள் செய்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

காலையில் பல் துலக்கும் போது வேப்பங் குச்சியால் தேய்த்து பல் துலக்கி வந்தால் பல் ஒளி வீசும்.

மாலையில் மேற்சொன்ன பொடியை தேய்த்து வந்தால் பல் கெட்டிப்படுவதோடு கறையும் நீங்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. ஆறு வருடங்களுக்கு முன்பு ராஜா பற்களில் ஒன்று அடிபட்டு நுனி மட்டும் சிதறி விட்டது. தற்போது 2 வருடங்களாக அதில் சீழ் வருகிறது. அந்த பல் மட்டும் நிறம் மாறிவிட்டது. மேலே கட்டி போல் இருக்கிறது. இதைக் கரைத்து சீழ் வருவதை நிறுத்த மருத்துவ முறையை தெரிவியுங்கள்.

- க.இராசு. ஆ. காட்டூர், இடைப்பாடி

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கத்தக் கிராம்பு 50 கிராம், படிகாரத்தைப் பொறித்து 30 கிராம், சோற்று உப்பு 20 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். இவைகளை பொடி செய்து கலந்து வைத்துக் கொண்டு பல் தேய்த்து வரவும். பற்களில் உண்டாகும் தசைக்கட்டி, சீழ் வருவதல் போன்றவை குணமாகும். ஈறும் பலமாகும்.

ஐயா! என் வயது 28. கல்லூரியில் படித்துக் கொண்டிருக்கிறேன். எனக்கு பற்கள் மிகவும் அழகாக இருந்தன. நான் சிரித்தால் ஒரு சினிமா நடிகை மாதிரி இருக்கிறது என்று என் தோழிகள் கிண்டல் செய்வார்கள். அந்த அளவுக்கு கவர்ச்சியான பற்கள் எனக்கு. ஆனால் யார் கண் பட்டதோ தெரியவில்லை. எனக்கு கடைவாயில் சொத்தை வருகிறது. இதனால் பல் கூச்சமாகவும் வேதனையாகவும் இருக்கிறது. நான் எவ்வளவு மகிழ்ச்சியோடு இருந்தேனோ அதற்கு மாறாக இப்போது கவலையோடு இருக்கிறேன். டாக்டரிடம் போனால் பல்லை பிடுங்கி விடுவதாக சொல்வார்கள். இந்த வயதிலேயே பாட்டியாக எனக்கு விருப்பம் இல்லை. எனவே தயவு செய்து இந்த

சொத்தையைப் போக்கி குணமாவதற்கு உடனடியாக மருந்து தெரிவியுங்கள்.

எல். மீனாட்சி, பாளையங்கோட்டை

உங்கள் வருத்தம் நியாயமானதுதான். ஆனால் இப்போதெல்லாம் பலருக்கு பல்லைப் பற்றி கவலையே இல்லை. சினிமா தியேட்டர்களில் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக சினிமாவாக காட்டப்படும் பல்வேறு பற்பசைகளையும் பிரஷ்களையும் வாங்கி தேய் தேய் என்று தேய்த்து கெடுத்துக் கொள்கிறார்கள்.

பல் கெட்டால் உடல் கெட்டு விடும். பற்களை சுத்தமாக வைத்திருப்பது மிக அவசியம்.

பற்கள் கெட்டியாக இருக்க வேண்டுமானால் பற்களை மாத்திரம் துலக்கிக் கொண்டிருந்தால் பயனில்லை. ஈறுகளை காலையில் இரண்டு, மூன்று நிமிடங்கள் விரலால் அழுத்தி தேய்த்து மசாஜ் செய்ய வேண்டும். அப்படி செய்து வந்தால் 80 வயதானாலும் பற்கள் விழாது. பிரஷ் உபயோகிப்பதை அறவே நீக்க வேண்டும். சிலர் யாருடனாவது பேசிக் கொண்டே பிரஷ் கொண்டு கரகரவென்று அதிக நேரம் தேய்த்துக் கொண்டே இருப்பார்கள்.

இதனால் ஈறுகள் சீக்கிரம் பழுதடைந்து பற்கள் ஆடிப் போகும். பிரஷ் உபயோகிப்பதால் பற்கள் விரைவில் கெட்டுப் போகின்றன என்று 1967ல் ஆஸ்திரேலியாவில் நடந்த பல் டாக்டர்கள் மாநாட்டில் ஏகமனதாக தீர்மானித்தார்கள்.

பற்கள் சொத்தையாவதற்கு நாம் ஈறுகளை தேய்க்காத குற்றம்தான். சொத்தை விழ ஆரம்பித்த உடனே கவனித்தால் அதிகமாகாமல் பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

சொத்தையைக் கண்டவுடன் எருக்கம்பால் ஒரு சொட்டு எடுத்து அதில் வைத்தால் சொத்தை அதிகமாகாது. பல் கூச்சமும் நின்று விடும். மறுபடியும் சொத்தை வராது. இரண்டு மூன்று முறை அப்படி செய்யவும்.

சாக் பவுடர் ஒரு பங்கு, நன்றாக பொடித்த படிகாரம் ஒரு பங்கு உலர்த்திய டேபிள் உப்பு, பால் சாம்பிராணி பொடி, மிளகு பொடி ஆகியவை தலா கால் பங்கு வீதம் கலந்து டப்பியில் வைத்துக் கொண்டு இதனால் பற்களை துலக்கி வந்தால் உயிருள்ளவரை பற்களை காப்பாற்றலாம்.

ஐயா! எனக்கு ஒரு வருட காலமாக பல் துலக்கும்போது ரத்தம் வருகிறது. கடுமையான பொருட்களை கடித்து சாப்பிட்டாலும் ரத்தம் வருகிறது. சிலநேரம் சும்மா இருக்கும்போதும் அதுபோல் வருகிறது. இதைத் தடுக்க தங்கள் ஆலோசனைகளை தெரிவியுங்கள்.

- எம்.கே.தியாகராஜன், ஆலங்குடி

பற்களில் ரத்தம், சீழ் வருவது ஒரு துன்மார்க்கமான நோய். அதை உடனடியாக கவனிக்காவிட்டால் உடல் பழுதுபடும். இவற்றால் டாக்டர்களால் கண்டு பிடிக்க முடியாத நோய்கள் உருவாகும்.

கீழ்க்கண்ட பல்பொடி தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு காலையிலும் மாலையிலும் பல் துலக்கினால் கோளாறுகள் நீங்கும்.

நாட்டு மருந்துக் கடையில் படிகாரம் 100 கிராம் வாங்கவும். அதை பொடி செய்து சட்டியில் போட்டு நெருப்பில் வைத்தால் பொரிந்து முட்டை போல் வெள்ளையாக வரும். அதை பொடி செய்து கொள்ளவும்.

பின்னர் அதில் நான்கில் ஒரு பங்கு வீதம் சாம்பிராணி, கக்குத்தூள், சோற்றுப்பு ஆகியவைகளை சேர்த்துக் கொண்டால் அருமையான பற்பொடியாகும்.

இதைக் கொண்டு பல் துலக்கி வந்தால், பூச்சிகள் அகன்று ரத்தம் வருவது நிற்கும்.

ஐயா! எனக்கு 29 வயது. நான் 13வது வயதில் தொண்டை ஆபரேசன் [டான்சில்] செய்து கொண்டேன். 6 மாதம் கழிந்து காது மந்தமாக இருந்து வருகிறது. சீழ் வலி கிடையாது. இந்த சிக்கலைத் தீர்க்க வழி சொல்லுங்கள்.

- கே.பி.முருகன், அரியலூர்

நகம் அல்லது நாகணம் என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதன் விலை ஒரு கிலோ ஏறத்தாழ 100 ரூபாய் இருக்கும்.

அதில் 50 கிராம் அளவு வாங்கி ஒன்றுக்கு பாதியாக இடித்து தண்ணீரில் ஊற வைக்கவும். ஒரு நாள் கழித்து அதை அரை கிலோ நல்லெண்ணெயில் தண்ணீரோடு ஊற்றி சிறு தீயாக எரித்து கொதிக்க வைக்கவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் நாகணம் தண்ணீரில் மிதக்கும்.

அப்போது இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெய்யை தொண்டையில் தடவி வந்தால் டான்சில் என்னும் சதை வளர்ச்சி நீங்கும். காதில் சீழ், காது மந்தம் போன்றவைகளுக்கு இந்த எண்ணெயை காதில் இங்க் பில்லரில் விட்டு பஞ்சு வைத்து அடைக்கவும்.

ஐயா! நான் 3 குழந்தைகளுக்குத் தாய். வயது 37. திடீர் என்று தொண்டையில் கம்மல் ஏற்பட்டு பேசுவது சிரமமாக இருந்தது. ஆஸ்பத்திரியில் சோதித்ததில் குரல்வளையில் Tonsil உள்ளது ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றார்கள். வலி இல்லை. ஆனால் பேசுவதற்கு மிகவும் சிரமமாக உள்ளது. தகுந்த சிகிச்சை முறையை தெரிவிக்கவும்.

- திருமதி.ஜெயலட்சுமி, திருச்சி

குரல் கம்மல் என்று ஒரு வியாதி உண்டு. ஆனால் தொண்டையில் புற்று நோய் உள்ளவர்களுக்கும் இப்படி குரல் கம்மல் ஆரம்பத்தில் வருவதுண்டு. ஆகவே தாங்கள் தகுந்த மருத்துவரிடம் காட்டி புற்றுநோய் அறிகுறிகள் உள்ளதா இல்லையா என்பதை தெரிந்து கொள்ளுங்கள்.

வெறும் குரல் கம்மலாக இருந்தால் கீழ்க்கண்ட மருந்தில் ஏதாவது ஒன்றை செய்து சாப்பிட்டால் குணம் ஆகும். ஆங்கில மருத்துவத்தில் குரல் கம்மல் என்ற நோய் கிடையாது. ஆபரேசன் செய்ய வேண்டாம்.

ஈசுவர மூலி என்ற கொடி உண்டு. கள்ளிச் செடிகளின் மேல் படர்ந்து இருக்கும். அதை பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்யவும். அதன் அளவு 10 பங்கு என்றால் 1 பங்கு மிளகு பொடி செய்து

வைத்துக் கொள்ளவும் காலை மாலை அரைத் தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேனில் சாப்பிடவும்.

ஈசுவர மூலி கிடைக்காவிட்டால், நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் மயிலாந்கடி என்பது கிடைக்கும். அதில் 300 கிராம் வாங்கி இடித்து சலித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதன் எடைக்கு 6ல் ஒரு பங்கு மிளகு தூள் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து காலை, மாலை தேனில் சாப்பிட்டால் குணம் காணலாம். ஆனால் குணம் நிதானமாகத்தான் கிடைக்கும்.

ஆரோக்கியமாக ஒரு கோதுமை சாப்பிடுங்கள்!

> ***ஐயா! நான் 9ம் வகுப்பு படிக்கிறேன். வயது 16. என்ன படித்தாலும் என் மனதில் பதிவதில்லை. இதற்கு ஒரு வழி கூறுங்கள். எப்பொழுது பார்த்தாலும் தொண்டை கரகரப்பாகவும், இருமலாகவும் இருக்கிறது. இதற்கு மருத்துவம் கூறுங்கள்.***
>
> **- சரசுவதி, வேலப்பூர்**

ஞாபக சக்திக்கு வல்லாரை கீரை சிறந்தது என்பது பற்றி பலமுறை கூறியிருக்கிறேன். அதை அடிக்கடி உபயோகிக்கலாம்.

தொண்டை கரகரப்பு உடல் மெலிவு இவைகளுக்கு காரணம் நல்ல ஆரோக்கியமான உணவு இல்லாததுதான். அரிசிக்குப் பதில் அடிக்கடி கோதுமை சாதம், சப்பாத்தி, பூரி முதலியவை சாப்பிட வேண்டும். தொண்டை கரகரப்பு உள்ளவர்களுக்கு கோதுமை உணவு நல்லது.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி மூன்றையும் சம அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். மிளகு, திப்பிலியை லேசாக வறுக்கவும். சுக்கு மேல் தோலை நீக்கவும்.

பிறகு மூன்றையும் சேர்த்து இடித்து சன்னமாக சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதற்கு திரிகடுகு என்று பெயர். இது பலவித கப நோயை அகற்றும். இதில் 5 சிட்டிகை எடுத்து வெற்றிலையில் வைத்து தேன் விட்டு குழப்பி வெற்றிலையோடு சேர்த்து மென்று வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும்.

> ***ஐயா! நான் பஸ்ஸில் நடத்துனராக பணியாற்றுகிறேன். என் உடம்பு எப்போதும் சூடாக இருக்கிறது. எந்த குளிரானாலும் குளிர்ச்சியாக ஏதாவது சாப்பிட வேண்டும் என்று தோன்றும். ஆனால் அப்படி சாப்பிட்டால் உடனே தொண்டை கட்டிக் கொண்டு பேச முடியவில்லை. ரத்த பரிசோதனை செய்ததில் ஈஸ்னோபீலியா என்று சொல்லி டாக்டர் மாத்திரைகள் கொடுத்தார். ஆனால் எந்த பயனும் இல்லை. ஆகவே தாங்கள் இதற்கு ஒரு மருந்து தெரிவிக்க வேண்டிக் கொள்கிறேன்.***
>
> **- என். ராஜாமுத்து, கிண்டி**

ஐஸ் போன்ற குளிர்ச்சியானவைகளை சாப்பிட்டால் தொண்டை கட்டி பேச முடியவில்லை என்கிறீர்கள். எப்போதும் நீங்கள் ஐஸ் சாப்பிடக் கூடாது. தொண்டையில் கபம் உள்ளவர்கள் எப்போதும் வெந்நீர் சாப்பிட்டுப் பழக வேண்டும். முடிந்த அளவு சூட்டுடன் சாப்பிட்டால் தொண்டையில் இருந்து ஜீரண கோசம் வரை இருக்கும் கபத்தை அறுத்து கீழே தள்ளிவிடும். சிறு வயதினர் ஐஸ் சாப்பிடுவதால் டான்சில் வளர்ந்து பலவித தொல்லை ஏற்படும். இனிப்பு பலகாரங்களை அதிகமாக சாப்பிடக் கூடாது.

கடுக்காய் தோல் ஒரு துண்டு எடுத்து காலை மாலை வாயில் அடக்கி அதன் நீரை உட்கொள்ள வேண்டும். இது மலச்சிக்கலை போக்குவதோடு, தொண்டை கபத்தையும் நீக்கும். மருந்து எளிமையாகத் தோன்றலாம். ஆனால் நல்ல பலன் தரும்.

> ***ஐயா! என் மகனுக்கு 5 வயது ஆகிறது. அவனுக்கு தொண்டையில் சதை வளர்ந்து வருகிறது. சாப்பிட மிகவும் கஷ்டப்படுகிறான். பல டாக்டர்களிடம் காண்பித்தும் பலன் அளிக்கவில்லை. ஆகவே தாங்கள் இந்த தொண்டை சதையை குறைக்க தக்க மருந்து சொல்லி உதவ வேண்டும்.***
>
> **-எம். மாணிக்கம், சென்னை**

சாதாரணமாக குழந்தைகளுக்கு தொண்டைக்குள் சதை வளர்ந்து சளி, இருமல், சுரம் முதலியவை வரும். பெரியோர் சிலருக்கும் தொண்டையில் சதை வளர்வது உண்டு. இப்படி உள்ளவர்கள் ஐஸ்கிரீம், ஐஸ் பானங்களை அறவே நீக்க வேண்டும். வெந்நீர் சூடாச் சாப்பிடுவது நல்லது. தலையில் தண்ணீர் ஊற்றக் கூடாது.

கடுக்காய், திப்பிலி, சித்தரத்தை, வால் மிளகு, சாதிக்காய் ஆகியவைகளை தனித்தனியே வறுத்து இடித்து சன்னமாக சலித்துக் கொள்ளவும். கடுக்காய் சூர்ணம், திப்பிலி சூர்ணம், சித்தரத்தை ஆகிய சூர்ணம் 4 பங்கும், வால் மிளகு சூர்ணம் 3 பங்கும், சாதிக்காய் சூர்ணம் 3 பங்கும் எடுத்து கலந்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில், சிறு குழந்தைகளுக்கு (ஒரு வயது) இரண்டு சிட்டிகை, காலை, மாலை தேனில் கொடுக்க வேண்டும். இதன்படி வயதுக்கு தகுந்தவாறு அளவை கூட்டிக் கொடுக்கலாம். இந்த சூர்ணம் குறைந்தது 3 மாதங்கள் சாப்பிட வேண்டும். இதனால் அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் தொண்டையை காப்பாற்றலாம்.

ஐயா! என் உறவினர் ஒருவருக்கு [பெண்] வயது 43. அவருக்கு புற்று நோய்க்காக ஆங்கில மருத்துவர்கள் சிகிச்சை அளித்தார்கள். உணவு குழாய்க்கு சமீபமாக புற்று பரவியுள்ளதால் சாப்பிட முடியவில்லை. அப்படியே சாப்பிட்டாலும் வாந்தி வருகிறது. முதுகின் பின்புறத்திலும் புற்று நோய் வளர்ச்சி அடைந்திருப்பதால் ஆபரேசன் செய்வது ஆபத்து என்கிறார்கள். வயிற்றில் செல்லும் இரைப்பைக்கு திரவ உணவு செலுத்தப்படுகிறது. உங்களுடைய ஆலோசனையை கேட்டு அதன்படி சிகிச்சை அளிக்க விரும்புகிறோம்.

- ஷாஹிருதீன், தஞ்சாவூர்

ஐயா! என் தாயாருக்கு வயது 55. தொண்டையில் புற்று நோய் மாதிரி முளை முளையாக அடித் தொண்டையில் இருக்கிறது. டாக்டரிடம் காட்டினோம். ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்கிறார். சாப்பாடு சாப்பிட முடியவில்லை. பாலும் காபியும் தான் சிறிதளவு சாப்பிடுகிறார்கள். தாங்கள் இதைக் குணப்படுத்த உதவ வேண்டும்.

....

தொண்டையில் உணவுக் குழாயில் புற்று நோய் வந்தால் அதற்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் மின் கதிர் செலுத்தி சுட்டு புற்று நோய் கண்ட இடம் எல்லாம் கெட்டு பலவித தொந்தரவுகள் நேரிடும். தொண்டையில் எதுவும் விழுங்க முடியாமல் அல்லது அடைப்பு ஏற்பட்டால் உடனே கீழ்க்கண்ட மருந்தை செய்து சாப்பிட வேண்டும்.

அக்கிரகாரம், அதிமதுரம் ஆகியவைகள் 40 கிராம் வீதம் வாங்கவும். அக்கிரகாரம் என்பது குச்சி போல் இருக்கும். அசல் சரக்கு கிடைப்பது கஷ்டம். விலை அதிகமானாலும் அசல் சரக்காக வாங்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்து சட்டியில் போட்டு வாசனை கிளம்ப வறுக்கவும். அதிமதுரத்தை வறுக்கக் கூடாது. பிறகு இரண்டையும் சேர்த்து இடித்து சலித்த சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

அதன் அளவுக்கு சர்க்கரை அல்லது கற்கண்டுத் தூள் அல்லது குளுக்கோஸ் கலந்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு 3 மணிக்கு ஒரு முறை வாயில் போட்டு சுவைத்து வெந்நீர் அல்லது பால் சாப்பிடவும்.

ஐயா! என் தொண்டையில் வலது பக்கம் கழலை போல் களர்ச்சிக்காய் அளவு பெரிதாக இருக்கிறது. ஏதாவது விழுங்கும்போது மேலும் கீழும் வருகிறது. டாக்டர்களிடம் காண்பித்தேன். தைராய்டு என்றும் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் சொன்னார். ஆபரேசன் இல்லாமல் குணமாக்க முடியுமா? அதற்கு உங்கள் ஆலோசனை என்ன?

- ஏ.வி.வீரப்பன், புதுக்கோட்டை

தொண்டையில் சதை வளர்ந்திருப்பதை தைராய்டு என்பார்கள்.

தேங்காய் பால் அரை லிட்டர், நாயுருவி என்னும் செடியின் இலைகளை இடித்துப் பிழிந்த சாறு அரை லிட்டர் இரண்டையும் சேர்த்து இரும்பு வாணலியில் ஊற்றி காய்ச்சவும். எண்ணெ வரும் பக்குவத்தில் இறக்கி எண்ணெயை மட்டும் பிரித்து எடுக்கவும். இந்த எண்ணெயை தொண்டையில் தடவி வர வேண்டும். மேலும் 10 சொட்டு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும் பால் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. நான் மளிகை கடையில் வேலை பார்க்கிறேன். சிறு வயதில் இருந்து எனக்கு குரல் கீச்சு குரலாக இருக்கிறது. இதனால் நண்பர்கள் பெண் குரல் மன்னன் என்று பட்டம் சூட்டி கேலி செய்கிறார்கள். இதுவரை நான் டாக்டர்களிடம் சிகிச்சை பெறவில்லை. ஆகவே தாங்கள் என் குரலை ஆண் குரல் போல் மாற்ற வழிமுறைகளை தெரிவியுங்கள்.

- படி.சி.பாண்டியன், மந்தைவெளி

குரல் கம்மல் என்பது பலருக்கு உண்டு. பெண்கள் பேசுவது போல் இருக்கும். சிறுவர்களுக்கு இப்படி இருந்தால் ஒரு குறிப்பிட்ட வயது வந்த பிறகு தானாகவே குரல் மாறிவிடும்.

குரல் கம்மலுக்கு கீழ்க்கண்ட மருந்து சாப்பிட்டால் குரல் தெளிவாகி விடும். சங்கீதம் பாடுகிறவர்களுக்கு இது மிகவும் நல்லது.

சித்தரத்தையை வறுத்து இடித்து தூள் 10 கிராம், கடுக்காய் தோல் இடித்து தூள் 10 கிராம், இவற்றை கலந்து 200 கிராம் பனை வெல்லம் சேர்த்து இடித்தால் லேகியமாக வரும். அதை எடுத்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை நெல்லிக்காய் அளவு மென்று சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு தொண்டையில் அடிக்கடி வலி ஏற்படுகிறது. டாக்டரிடம் காண்பித்து மருந்து சாப்பிடும்போது அப்போதைக்கு குணம் தெரிகிறது. பிறகு மீண்டும் வலிக்கிறது. சில சமயம் புண் இருப்பது போல் நாற்றம் அடிக்கிறது. டான்சில் என்று டாக்டர் கூறுகிறார். அறுவை சிகிச்சை செய்து கொள்ள விருப்பம் இல்லை. எனக்கு வயது 38. இதிலிருந்து முற்றிலும் குணம் அடைய வழி சொல்வீர்களா?

- ம.கோபால், கல்லுக்குழி

தொண்டையில் கபக்குற்றம், ஆசனத்தில் மலக்குற்றம் இந்த இரண்டும் மனிதனுக்கு தொந்தரவு தரும் வியாதி.ஏன் ஆயுளைக் கூட இது குறைத்து

விடும். மலச்சிக்கல் எப்போதும் இருக்கக் கூடாது. தினசரி மலம் வெளியேற வேண்டும். இல்லையென்றால் ஆசனத்தில் கடுப்பு ஏறி மூலம் வரும். உடல் உஷ்ணமாகி உச்சிவரை ஏறி உடலை பாதிக்கும்.

அதேபோல் தொண்டையில் வரும் கபம்தான் எமன். உயிர் போகும் போது தொண்டையில் கபம் கட்டுவதை பார்க்கிறோம். அதன் பிறகே உயிர் பிரியும். ஆகவே தொண்டையில் கபக் குற்றம் வராமல் சில எளிய முறைகளை கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

பல் துலக்கிய பிறகும் உணவு அருந்திய பிறகும் சளியை காரி துப்ப வேண்டும். காரி துப்பினால் காலன் கிடையாது என்று ஒரு பழமொழி உண்டு.

தாங்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயாரித்து காலை மாலை தேனில் சாப்பிடவும்.

அதிமதுரம், அக்கிரசாரம் 100 கிராம் வீதம் வாங்கவும்.

அக்கிரகாரத்தை ஒன்றிரண்டாக இடித்து சட்டியில் போட்டு லேசாக வறுக்கவும். அதன்பின் அதிமதுரத்தை சேர்த்து இடித்து சலித்து சூரணமாக வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை அரை தேக்கரண்டி எடுத்து தேனில் கலந்து தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் குணம் கிடைக்கும்.

> ***ஐயா! என் மகளுக்கு 10 வயது ஆகிறது. சில மாதங்களாக விட்டு விட்டு காய்ச்சல் வருகிறது. சிறுநீர், ரத்தம் சோதித்து பார்த்ததில் ஒரு குறையும் இல்லை என்று சொல்லிவிட்டார்கள். அந்த காய்ச்சல் வருவதற்கு காரணம் என்ன? குணமாக வழி கூறுங்கள்.***
>
> **- டி.ஜி.அகஸ்டின், மதுரை**

குழந்தைக்கு சளி, இருமல், ஜுரம் அடிக்கடி வந்தால் தொண்டைக்குள் சதை வளர்ச்சி உள்ளதா என்பதை சோதிக்க வேண்டும். சதை வளர்ந்திருப்பது தெரிந்தால், அதற்கு ஆபரேசன் செய்யக் கூடாது. செய்தால், சளி தொல்லை, ஆஸ்துமா ஆகிய சுவாச நோய் வரக்கூடும்.

பேய் மிரட்டி என்று ஒரு செடி உண்டு. இதை பெருந்தும்பை என்று கூறுவார்கள். இதன் இலைகள் ஒரு கைப்பிடி, மிளகு 10 எடுத்துக் கொள்ளவும். மிளகை லேசாக வறுத்து பொடி செய்து கொள்ளவும். இலைகளை வதக்கி, மிளகு பொடியை சேர்த்து 4 தம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி காய்ச்சவும். ஒரு தம்ளராக தண்ணீர் சுண்டியதும் இறக்கி காலை மாலை அரை தம்ளர் வீதம் கொடுக்கவும். ஜுரம் உடனே அகலும்.

ஐயா! எனக்கு 26 வயது. 16வது வயதில் அவ்வப்போது வயிற்று வலி வந்தது. இதுவரை விடவில்லை. எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்து, மருந்து, டானிக் சாப்பிட்டு வந்தேன். ஒரு வருடம் வயிற்று வலி இல்லை. பிறகு மீண்டும் வந்துவிட்டது. இந்த வேதனை மிக்க வயிற்று வலியை போக்க என்ன வழி?

- வி.கோபால், பரமக்குடி

வயிற்றில் உள்ள நோய்களுக்கு குன்மம் என்று சித்த வைத்தியத்தில் சொல்வார்கள். 3 வித குன்மம் உண்டு. அதில் தங்களுக்கு எரி குன்மத்தின் அறிகுறி தென்படுகிறது.

சோற்றுக் கற்றாழை மடல் எடுத்து தோலை சீவி, சோற்றை மட்டும் எடுத்து, கடுக்காய்த் தூள் அதில் போட்டு பிசைந்தால் நீர் வரும். அந்த தண்ணீர் அரை லிட்டர், விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர் இரண்டையும் சேர்த்து அதில் லேசாக வறுத்துப் பொடி செய்த வெந்தயம் 10 கிராம் போட்டு காய்ச்சவும்.

சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் தைலத்தை இறக்கி ஆற வைத்து வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினமும் காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும் பாலில் கலந்து சாப்பிடவும்.

48 நாட்கள் இப்படி சாப்பிட்டால், எரிகுன்மம் குணமாகும். பச்சை மிளகாய், கத்தரிக்காய், புலால் சேர்க்கக் கூடாது.

ஐயா! என்னுடைய வயிற்றில் புண் உள்ளது. அடிக்கடி வயிறு வலிக்கிறது. விட்டுவிட்டு ஒன்றிரண்டு மாதங்கள் கழித்து வலி ஏற்படுகிறது. இதை தீர்க்க நல்ல மருந்தைக் கூறுங்கள்.

- லட்சுமணன், திருத்தணி

மாங்கொட்டையின் உள்ளே இருக்கும் பருப்பை எடுத்து அம்மியில் வைத்து மணத்தக்காளி இலை சாறு விட்டு நன்றாக அரைக்கவும்.

அதை சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். காலையில் ஒன்றும் மாலையில் ஒன்றும் தூள் செய்து வாயில் போட்டு தண்ணீர் குடிக்கவும். இப்படி தொடர்ந்து செய்தால் வயிற்றுப்புண், வாய்ப்புண் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயிற்று வலி கடுமையாக உள்ளது. டாக்டரிடம் காட்டியதற்கு அபெண்டிக்ஸ் என்றும், ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் கூறுகிறார். நான் பயந்து போய் ஆபரேசன் செய்யவில்லை. காரம் அதிகம் சாப்பிட்டால் வயிறு வலிக்கிறது. இதற்கு ஆபரேசன் செய்யாமல் சிகிச்சை பெற மருந்து கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- குமரவேல், ஈரோடு

நீங்கள் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டியதில்லை. அப்படியே செய்து கொண்டாலும் வலி தீராது. முன்னை விட அதிகமாக ஆகிவிடக் கூடும். கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயாரித்து உபயோகிக்கவும்.

ஓமம் 100 கிராம், திப்பிலி 50 கிராம், கடுக்காய் தோல் 100 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளவும். ஓமத்தை முறத்தில் போட்டு கசக்கி புடைத்து உமியை போக்கவும்.பிறகு லேசாக வறுக்கவும். திப்பிலியையும் அதே போல் வறுக்கவும்.பிறகு மூன்றையும் சேர்த்து இடித்து சன்னமாகச் சலித்துக் கொள்ளவும். இதன் அளவுக்கு சர்க்கரை கலக்கி புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு, காலை மதியம் மாலை உணவுக்கு முன் அரை தேக்கரண்டி எடுத்து வெந்நீரில் சாப்பிடவும். தொடர்ந்து 2 மாதங்கள் சாப்பிட்டால் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 23. கடந்த 2 ஆண்டுகளாக வயிற்று வலியால் அவதிப்படுகிறேன். இதனால் இரவில் தூங்க முடியவில்லை. பல வைத்தியர்களிடம் ஆலோசனை கேட்டு மருந்து சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. எனவே உங்கள் ஆலோசனையும் மருந்து செய்முறையையும் தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- எஸ். குழந்தைவேலு

சாதாரணமாக வயிற்றில் புண் இருந்தால் வயிற்று வலி வரும். படிகாரம் 200 கிராம் வாங்கவும். பூங்காவி என்ற சிவப்பு மண் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 200 கிராம் வாங்கி நன்றாக சலித்து தூசி, கல் அகற்றி படிகாரத்துடன் சேர்த்து நன்றாக அரைக்கவும். இதை புட்டியில் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் எடுத்து தண்ணீரில் சாப்பிடவும். தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் வயிற்றுப் புண், அல்சர் போன்றவை குணமாகும்.

ஐயா! என் தங்கைக்கு தற்பொழுது 15 வயது ஆகிறது. அவளுக்கு 2 வருடங்களாக வயிற்றுப் போக்கு உள்ளது. சாப்பிட்டவுடன் போகிறது. ஒரு நாளைக்கு 7 அல்லது 8 தடவை போகிறது. டாக்டரிடம் காண்பித்தும் சரியாகவில்லை. தாங்கள் இதற்கு வைத்தியம் சொல்வீர்கள் என்று நம்புகிறேன்.

- ஏ.சி.சீனிவாசன், திருவானைக்காவல்

குடல் வீக்கம் அடைந்து விட்டால் பேதி ஏற்படும். தங்கள் தங்கைக்கு குடல் வீக்கத்தினால்தான் ஒரு நாளைக்கு ஏழெட்டு முறை பேதியாகக் கூடும். பூச்சிகளாலும் இவ்வித நோய் உண்டாகும்.

வேப்பம் பூ 50 கிராம், கண்டவற்றல் 50 கிராம் இரண்டையும் தனித் தனியே பக்குவமாக வறுக்கவும். பிறகு, ஒன்றாக சேர்த்து இடித்து சன்னமாக தூள் செய்து தேவைப்படும் அளவுக்கு உப்பு சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவுக்கு காலை, மாலை சாதத் தில் போட்டு சாப்பிட்டு வந்தால் பலவித பேதி குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 33. திருமணமாகி 10 வருடங்கள் ஆகிறது. எனக்கு 15 வருடங்களாக வயிற்று வலி இருக்கிறது. 2 வருடமாக அடிக்கடி வயிற்று வலி வந்து விடுகிறது. எதுவும் சாப்பிட முடியவில்லை. வலி இருக்கும்போது வயிற்றுக்கு தீ எரிவது போல் தகதக என்று எரிகிறது. ஏதோ சுற்றுவது போல் உள்ளது. இதற்கு தகுந்த மருந்து சொல்லுங்கள்!

- கே.முத்து, கோவை

வயிற்றில் கோளாறு வந்தால் உணவை மாற்றி அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அடிக்கடி வயிற்றில் வலி இருப்பவர்களுக்கு அரிசி சோறு நல்லதல்ல. 'லங்கணம் பரம் அவுஷதம்' என்று வடமொழியில் சொல்வதுண்டு. உணவைக் குறைத்து பக்குவம் அறிந்து சாப்பிட வேண்டும்.

அரிசிக்குப் பதில் கோதுமை கஞ்சி இரவில் சாப்பிட வேண்டும். நெல்லிக்காய், பிரண்டை துவையல், கோழிக் கீரை (பருப்பு கீரை), கல்யாண பூசணி என்னும் சாம்பல் பூசணி ஆகிய காய்களை அடிக்கடி உபயோகிப்பது நல்லது.

காபியை நிறுத்தி விடவும். வயிற்றில் புண் அல்லது நோய் இருப்ப வர்கள் காபி சாப்பிடக் கூடாது. வேண்டுமானால் டீ சாப்பிடலாம். நீர் மோர் நல்லது. இளநீரை வழுக்கையுடன் சாப்பிடவும். பழஞ்சோறு கஞ்சி நல்லது.

பூவரசன் மரத்தின் கொழுந்துகளை காலையில் பறித்து, ஒரு எலுமிச்சம் பழத்தின் அளவுக்கு மென்று சாப்பிட வேண்டும். கல்லீரல் கோளாறு நீங்கும். பசியை தூண்டும். வயிற்று வலி தீரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 21. என் வயிற்றில் பூச்சிகள் உள்ளன. பேதிக்கு மருந்து சாப்பிட்டால் சிறு சிறு வெள்ளை நிற பூச்சி கள் வருகின்றன. இன்னும் தொந்தரவு உள்ளது. இதற்கு நல்ல மருந்து சொல்லவும்.

- கே.சுகுமார், மதுரை

வயிற்றில் குடலில் பூச்சிகள் இருந்தால் ரத்தம் இன்றி உடல் மெலிந்து வயிற்றில் வலி உண்டாகும்.

மூசாம்பரம் என்னும் கரியபோளம் 200 கிராம் வாங்கி தண்ணீர் விட்டு அரைத்து உலர்த்தவும். அதை குழம்பு பதத்தில் எடுத்து அதனுடன் சாம்பார் வெங்காயம் 100 கிராம் வாங்கி அரைத்து மாத்திரைகளாக செய்து கொள்ளவும்.

இதில் தினசரி இரவு படுக்கப் போகும்போது ஒரு மாத்திரையை எடுத்து வெந்நீரில் சாப்பிடவும். இது வயிற்றில் உள்ள கிருமிகளை ஒழித்து விடும்.

ஐயா! நான் 6,7 மாதங்களாக வயிற்றில்பூச்சி தொந்தரவால் அவதிப்பட்டு வருகிறேன். மலத்தை எடுத்து சோதனை செய்து பார்த்ததில் கொக்கிப் புழு என்று குறிப்பிட்டார்கள். அலோபதி டாக்டர் ஆலோசனைப்படி நான் சிகிச்சை பெற்றேன். இரவில் ஆசன வாயில் பூச்சியின் தொந்தரவு இருக்கிறது. இதே காரணத்தால் நான் எவ்வளவு நல்ல உணவு உட்கொண்டாலும் உடம்பு பலவீனம் இழந்து காணப்படுகிறேன். இன்னும் அந்த தொந்தரவு நீங்கவில்லை. பூச்சி அடியோடு ஒழிந்து நன்முறையில் பசியெடுத்து மலம் நன்கு வெளிப்பட வேண்டும். இதற்கு தங்களது அரிய யோசனை கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- எம்.கணேசன், புதுக்கோட்டை

நாட்டு மருந்து கடைகளில் வாய் விளங்கம் என கேட்டால் தருவார்கள். அவை 10 கிராம் அளவுக்கு வாங்கி புளிச்ச சாத தண்ணீரில் ஊற வைக்கவும். நன்றாக ஊறிய பின் அரைத்து 3 அவுன்ஸ் புளிச்சாத தண்ணீரிலேயே கலக்கி காலையில் வெறும் வயிற்றில் குடிக்கவும். 1, 3 தடவை பேதியாகும். பூச்சிகள் நிறைய வெளியேறும். இப்படி வாரம் 2, 3 நாள் சாப்பிட்டு வர பூச்சிகள் எல்லாம் வெளியேறும். 2, 3 மாதம் தொடர்ந்து சாப்பிடவும்.

ஐயா! என் மனைவி வயது 25. இரவில் தூக்கத்தில் பல்லைக் கடிக்கும் பழக்கம் நீண்ட நாளாக இருந்து வருகிறது. ஒவ்வொரு நாளும் தூக்கத்தில் பலமுறை பல்லை கடிக்கிறாள். இதை போக்குவதற்கு ஏதாவது ஆலோசனை கூறவும்.

- தாமு, அரியலூர்

இரவில் தூக்கத்தில் பல்லைக் கடிக்கும் பழக்கம் குழந்தைகளுக்குத்தான் இருக்கும். உங்கள் மனைவிக்கு 25 வயது என்கிறீர்கள். வயிற்றில் கிருமிகள் இருந்தாலும் அப்பழக்கம் இருக்கும். மூசாம்பரம் என்னும் கரியபோளம் சுத்த சரக்காக 50 கிராம் வாங்கவும். அதன் எடைக்கு வெங்காயம்

சேர்த்து அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக செய்து உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த மாத்திரையில் ஒன்று வீதம் தின்று விட்டு ஒரு நாள் இரவில் வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வந்தால், கிருமிகள் நாசமாகும். பல்லை கடிக்கும் பழக்கமும் இருக்காது. மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

ஐயா! எனக்கு இனிப்பு சாப்பிடுவதால் வயிற்றில் நிறைய புழுக்கள் உள்ளன. இப்போது இனிப்பு சாப்பிடுவதில்லை. அந்த புழுக்களை ஒழிப்பதற்கு ஏதாவது மருந்து கூறுங்கள்.

- ஏ.சிராஜுதீன், பெரம்பலூர்

இனிப்பு சாப்பிடுவது குழந்தைகளுக்காகட்டும், பெரியவர்களுக்காகட்டும் நல்லதல்ல. முக்கியமாக குழந்தைகளுக்கு சாக்லேட், வாழைப்பழம் முதலிய இனிப்பு பண்டங்களைக் கொடுப்பது கூடாது. அதனால் பல் சொத்தையாகி அரித்துப் போகும். டான்சில் முதலிய நோய்கள் உண்டாகும். உடலிலும் நமக்கு வேண்டாத பூச்சிகள் உற்பத்தியாகும். இதற்கு கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு தாய்மார்களுக்குக் கூட கொடுக்கலாம்.

மாங்கொட்டைக்குள் பருப்பு உண்டு. அந்த பருப்புகளில் 10 எடுத்து, வெள்ளைப் பூண்டு உரித்து பல் 10, அதனுடன் சேர்த்து இடித்து பிறகு அம்மியில் வைத்து அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக்கி அதை நிழலில் உலர்த்தவும். பிறகு மாலை ஒரு மாத்திரை வீதம் எடுத்து பொடி செய்து தண்ணீரில் சாப்பிடவும். 20 நாட்கள் வரை சாப்பிட்டால் பூச்சிகள் ஒழியும். மேற்படி பருப்புகளில் ஐந்தாறு எடுத்து மிளகாய், வெங்காயம், உப்பு சேர்த்து அரைத்து புளிக் குழம்பாக செய்து பெரியோர்கள் குழந்தைகள் அனைவரும் அடிக்கடி உணவில் சேர்த்து சாப்பிட்டால் பூச்சிகள் தொல்லை நீங்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 28. எடை 50 கிலோ. சமீப காலமாக என் உடல் மெலிந்து கொண்டே வருகிறது. சோர்வாக ஜீவனற்று காணப்படுகிறது. மலத்தில் நிறைய வெள்ளை நிற பூச்சிகள் உள்ளன. இதனால் தான் உடல் மெலிவு ஏற்படுகிறதா? அப்படியானால் அவைகளை ஒழிப்பதற்கு வழி என்ன?

- ஏ.குமார், விளாத்திகுளம்

குழந்தைகளானாலும், பெரியவர்களானாலும் இப்படிப்பட்ட கீரைப் பூச்சிகள் வயிற்றில் இருந்தால் பலவித நோய்க்கு ஆளாவார்கள். கீரைப் பூச்சி எப்போதும் ஆசனத்தில் கிளறிக் கொண்டே இருக்கும்.

இதனால் மூல நோய் வரும். சிலருக்கு உடம்பில் வெள்ளை தடிப்பு உண்டாகும். இன்னும் சிலருக்கு அரிப்பு, புரியின்மை ஏற்படும். தங்கள் உடல் மெலிந்து வருவதற்கு இதுவே காரணம். ஆகவே இதை அடிக்கடி அகற்றிக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்.

ஒரு சிலருக்கு வயது ஆக ஆக இது தானாக போய்விடும். அடிக்கடி உணவில் பாகற்காய் சாப்பிட வேண்டும்.

நாட்டு மருந்து கடைகளில் வாய்விளங்கம் 100 கிராம் வாங்கவும். அதில் 10 கிராம் அளவு எடுத்து சோறு வடித்த கஞ்சியில் இரவில் ஊற வைக்கவும். காலையில் அதை எடுத்து பழைய சாதம் தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைத்து அதே தண்ணீரில் கலக்கி குடிக்க வேண்டும். ஒன்றிரண்டு முறை பேதியாகும். வாரத்தில் 2 நாட்கள் வீதம் 2 மாதம் சாப்பிட்டால் பூச்சிகள் முழுவதும் ஒழிந்து விடும்.

ஐயா என் வயது 64. எனக்கு ஹிரண்யா ஆரம்ப நிலையில் இருப்பதாகவும் அதற்கு ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் டாக்டர்கள் கூறுகின்றனர். தங்கள் சித்த வைத்தியத்தில் ஆபரேசன் செய்யாமல் இதை குணப்படுத்த முடியுமா? அப்படியானால் அந்த முறையை தெரிவியுங்கள்.

- எஸ். ராமசாமி, ஈரோடு

தங்கள் நோயை தமிழ் வைத்தியத்தில் பாரிச வாயு என்று கூறுவார்கள். ஆனால் இப்போது பக்கவாதம் ஏற்படும் ஒரு பக்க கை, கால்கள் செயல் இழக்கும் நிலையை பாரிச வாயு என்கிறார்கள். அது சரியல்ல. பாரிச வாயு என்பதை ஆங்கிலத்தில் ஹிரண்யா என்பார்கள்.

இதற்கு சித்த மருத்துவத்தில் பல மருந்துகள் உண்டு என்றாலும், அனுபவ முறையில் நல்ல மருந்து இதுவரையில் கண்டுபிடிக்கப்படவில்லை. இருப்பினும் கீழ்க்கண்ட மருந்தை உபயோகித்து பலர் குணம் அடைந்திருக்கிறார்கள். உங்களுக்கு வயது 64 ஆகிறது. நீங்களும் இதை உபயோகித்துப் பலன் கண்டால் மகிழ்ச்சிதான்.

வேலிப்பருத்தி என்னும் முத்தாமணக்கின் வேர் 2 கிராம் எடுத்து அதனுடன் ஒரு கிராம் சுக்கு சேர்த்து அரைக்கவும். காலை 6 மணிக்கு வெறும் வயிற்றில் பாலுடன் இதைச் சாப்பிடவும். அதேபோல் மாலை 6 மணிக்கும் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி 3 நாட்கள் வரை சாப்பிட்டு உப்பில்லா பத்தியம் இருக்கவும். பால், சர்க்கரை, நெய், கஞ்சி, உப்பில்லாமல் சாப்பிடலாம். 3 நாட்கள் 6 வேளைகளை இந்த மருந்து சாப்பிடவும்.

அதன்பிறகு 5 கடுக்காய்களை உடைத்து பருப்பு எடுத்து அதனுடன் கோழி முட்டை சேர்த்து அரைக்கவும். அதை சிறு வடைகளாகத் தட்டி ஒரு இரும்புக் கரண்டி அளவு விளக்கெண்ணெயில் போட்டுக் காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு, அதில் 2 தேக்கரண்டி பசும் பாலுடன் சேர்த்து இரவில் படுக்கப் போகும் போது சாப்பிடவும். கட்ட வடை போல் இருக்கும். பருப்பையும் ஒரு நாளுக்கு பாதி அளவு தின்னவும்.

இப்படி 10 நாட்கள் சாப்பிட்டால் குணம் காணலாம்.

> **ஐயா! நான் ஒரு ஓட்டல் தொழிலாளி. காலை 5 மணி முதல் இரவு 10 மணிவரை நின்று கொண்டே இருக்க வேண்டும். வயிற்றுக்கு கீழ் தொடைகளுக்கு இடையில் கோழி முட்டை அளவுக்கு ஒரு கட்டி உள்ளது. காலை படுக்கையை விட்டு எழுந்திருக்கும் பொழுது அந்த கட்டி இருப்பதில்லை. ஆனால் அரை மணி நேரத்தில் மீண்டும் வந்து விடுகிறது. லேசாக வலிக்கிறது. இதற்கு நல்ல மருந்து சொல்லவும்.**
>
> **- இ.மு. அப்துல்ரஹீம், அத்திக்கட**

தங்கள் நோய் பாரிச மந்தமாகும். ஆங்கிலத்தில் ஹெர்னியா என்பர். எஸ்.ராமசாமி, ஈரோடு வாசகருக்கு கூறியுள்ளபடி மருந்து தயாரித்து சாப்பிட்டால் நல்ல பலன் கிடைக்கும். அப்படி குணம் இல்லை என்றால் ஆபரேசன் செய்வது நல்லது. இல்லாவிட்டால் உயிருக்கு ஆபத்து உண்டாக்கக் கூடும். விரைக்குள் வரும் குடல் முறுக்கிக்கொள்வதை Strangalated Herniya என்பார்கள். இக்காலத்தில் இதற்கு சுலபமாக எளிதாக ஆபரேசன் செய்கிறார்கள்.

> **ஐயா! நான் கடந்த 6 வருடங்களாக வயிற்று வலியால் அவதிப் படுகிறேன். ஆங்கில வைத்தியமும் நாட்டு வைத்தியமும் செய்தேன். இருப்பினும் மீண்டும் மீண்டும் வயிற்று வலி வந்து விடுகிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்ததில் குரோனிக் டியோடனல் அல்சர் உள்ளது. ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றார்கள். இதுவரையில் செய்து கொள்ள வில்லை. எனக்கு திருமணமாகி ஒரு குழந்தை இருக்கிறது. என் நோய்க்கு உங்கள் ஆலோசனையை ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறேன்.**
>
> **- டி.தட்சிணாமூர்த்தி, மேற்கு மாம்பலம்.**

வயிற்றில் உள்ள புண்ணுக்கு விளக்கெண்ணெய் சிறந்த மருந்து. விளக்கெண்ணை ஒரு லிட்டர், வெந்தயம் 25 கிராம், சாம்பார் வெங்காயம் 100 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளவும். வெங்காயத்தை இரண்டு இரண்டாக

அரிந்து விளக்கெண்ணெயில் போடவும். வெந்தயத்தையும் போட்டு காய்ச்சவும். வெங்காயம் மேலே மிதக்கும்போது எண்ணையை இறக்கி ஆற வைத்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும்.

அதில் அரை அவுன்ஸ் அல்லது 2 தேக்கரண்டி எடுத்து இரவில் படுக்கும் போது பால் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிடவும். வயிற்றில் உள்ள புண் ஆறிவிடும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 25. கடந்த 3 வருடங்களாக வாய், நாக்கு தொண்டை ஆகிய பகுதிகளில் உள் பகுதி சிவந்து, சிறிய கொப்புளங்கள் உள்ளன. காலையில் வாய் நாற்றம் அடிக் கிறது. பித்தம் அதிகமாக உள்ளது. பல மருத்துவங்கள் பார்த்தும் பலன் இல்லை. ஆகவே தாங்கள் இதற்கு மருத்துவ ஆலோசனை கூறவும்.**
>
> **- எஸ்.கோவிந்தன், பாபநாசம்**

தங்கள் நோய் அதிக வெப்பத்தை குறிக்கிறது. வயிற்றில் ஜடரா அக்கினி அதிகமாக உள்ளது. மேற்சொன்ன பதிலில் உள்ளதைப் போல் விளக்கெண்ணையைப் பயன்படுத்தி மருந்தை தயாரித்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை இரவு படுக்கும்போது 2 தேக்கரண்டி பசும் பால் அல்லது நெய்யில் சேர்த்து சாப்பிடவும்.

வயிற்றில் உள்ள புண்ணை ஆற்றி வாய் நாற்றத்தைத் தடுக்கும். குழந்தைகளுக்கும் கொடுக்கலாம். வயதுக்கு ஏற்ப ஒரு தேக்கரண்டி முதல் ஒன்றரை தேக்கரண்டி வரை கொடுக்கலாம்.

> **ஐயா! என் வயது 35. ஒரு வருட காலமாக வயிற்று வலி உள்ளது. சோறு சாப்பிட்டால் உடனே வாந்தி வந்து விடுகிறது. எத்தனையோ டாக்டர்களை அணுகியும் பலன் கிடைக்கவில்லை. தயவு செய்து இந்த இரண்டு வியாதிக்கும் ஆலோசனை கூறவும்.**
>
> **- கிருஷ்ணசாமி, மேட்டூர்-1**

வயிற்று வலி என்றால் பல காரணங்களால் வயிற்று வலி வரக் கூடும். உஷ்ணத்தால் வரலாம்; புண் இருந்தாலும் வரலாம். டாக்டர்கள் என்ன சொன்னார்கள் என்பதை நீங்கள் குறிப்பிடவில்லை. புண் இருப்பதாகத் தெரிந்தால், இந்தப் பகுதியில் இரண்டாவதாக இடம் பெற்றுள்ள திருத்தணி வாசகர் லட்சுமணன் கேள்விக்கான பதிலில் உள்ளபடி மருந்து சாப்பிடவும்.

வாந்தி தொடர்ந்து இருப்பது ஈரலைப் பற்றிய நோயாகும். நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் சதகுப்பை என்பதை வாங்கி ஒரு

தேக்கரண்டி அளவு சட்டியில் போட்டு லேசாக வறுத்து ஒன்றிரண்டாக பொடி செய்யவும். அதில் 10 கிராம் அளவு ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் கொஞ்சம் சேர்த்துக் காய்ச்சவும். பாதியாக கண்டியபின் வடிகட்டி சாப்பிட உடனடியாக வாந்தி நின்று சாப்பிடும் ஆகாரம் நிலைக்கும். ஒரு நாள் வரை நீராகாரமே சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு 74 வயதாகிறது. சில மாதங்களாக வயிற்றில் இரைச்சலுடன் கடுப்பு ஏற்பட்டு, ஒரு நாளுக்கு நாலைந்து முறை வயிற்றுப் போக்கு உள்ளது. இதற்கு சரியான மருந்து என்னவென்பதைத் தெரிவியுங்கள்.

- சி.முகம்மது சதக்கத்துல்லா, கீழக்கரை.

அடிக்கடி ஏற்படும் வயிற்றோட்டத்திற்கு ஓமம் சிறந்த மருந்து. ஓமம் 100 கிராம் வாங்கி முறத்தில் போட்டு கையால் தேய்த்து புடைத்து சுத்தம் செய்து கொண்டு லேசாக வறுக்கவும். பிறகு அதை நன்றாக இடித்து சலித்தால் 75 கிராம் அளவு வரும்.

அதன் அளவுக்குச் சமமாக கறுப்புக்கட்டி சேர்த்து இடித்தால் லேகியம் போல் வரும். இதை காலை, மதியம், மாலை 3 வேளை உணவுக்கு முன், நெல்லிக்காய் அளவு எடுத்து மென்று சாப்பிடவும். தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் வயிற்றுப் போக்கு நின்று விடும்.

உணவில் கட்டுப்பாடு இருக்க வேண்டும். எண்ணெய் பலகாரம், கிழங்கு வகைகள், புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு சில ஆண்டுகளாக நெஞ்சு கூட்டுக்குக் கீழே நடுப் பள்ளத்தில வலி ஏற்பட்டு ஆஸ்பத்திரியில் சேர்ந்து சிகிச்சை பெற்றேன். இப்போது இடது பக்கம் இரைப்பையின் கீழே 24 மணி நேரமும் வலி இருந்து கொண்டே இருக்கிறது. என் வயது 39. திருமணமாகி 3 குழந்தைகள் உள்ளன. ஆகவே, எனக்கு தகுந்த ஆலோசனை தெரிவியுங்கள்.

- வி.அண்ணாமலை, ஆலங்குடி.

வயிற்றில் வாயு சேருவதால் தங்களுக்கு இந்த நோய் ஏற்படுகிறது. உடலும் உஷ்ணமாக தெரிகிறது. தினசரி காலையில் வெறும் வயிற்றில் அரை தேக்கரண்டி வெந்தயத்தை ஒரு தம்ளர் மோரில் போட்டு சாப்பிடவும். இரவில் விளக்கெண்ணெய் 2 தேக்கரண்டி 2 அவுன்ஸ் வெந்நீரில தினமும் சாப்பிடவும். இதனால் மலச்சிக்கல் நீங்கி, வாயு தொந்தரவு குறையும்.

பெருங்காயத்தை பொரித்து கொஞ்சம் வாயில் போட்டு அதிக நீர் கலந்த மோரில் சிறிது உப்பு சேர்த்து அவ்வப்போது சாப்பிட்டு வரவேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு இருமுறை மஞ்சள் காமாலை நோய் வந்து குணமாகி விட்டது. இப்போது ஜீரணசக்தி குறைவாக உள்ளது. இதனால் வாயுத் தொல்லை ஏற்படுகிறது. மாத்திரைகள் சாப்பிட்டும் இது குறையவில்லை. ஆகவே தாங்கள் நல்ல வைத்தியம் சொல்லவும்.

-ஆ. ஆதிகேசவன், சென்னை-33

காமாலைக்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் மருந்து இல்லை என்பது உலகறிந்த விஷயம். பல பெரியவர்கள் ஆஸ்பத்திரியில் சேர்ந்து மரணமடைவதை பற்றி நாம் அடிக்கடி பத்திரிகையில் பார்க்கிறோம். ஆகவே காமாலை வந்தால் நாட்டு மருத்துவர்களிடம் சென்று மருந்து சாப்பிடுவதே நல்லது.

வேப்பிலையை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு இரண்டையும் தண்ணீர் தெளித்து நன்றாக அரைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு நெல்லிக்காய் அளவு உள்ளுக்கு சாப்பிட்டு விட்டு தண்ணீர் சாப்பிடவும். அதேபோல் மாலையும் சாப்பிடவும். காமாலை அதிகம் இருந்தால் மூன்று வேளை சாப்பிடவும். இப்படி சாப்பிட்டு ஒரு வாரம் உப்பில்லாமல் மோர் சாதம், நொய் கஞ்சியும் சாப்பிட்டு வந்தால் பூரண குணமடையும். நன்றாக பசி எடுக்கும்வரை உப்பு சேர்க்கக் கூடாது. நன்றாக பசி எடுத்த பின்பு உப்பை வறுத்து பாதி சேர்த்து சாப்பிடலாம். காபி, டீ முதலியன சாப்பிடக் கூடாது.

சிறுநீர் நன்றாக தெளிந்த பின் நல்லெண்ணெயில் சீரகம் போட்டுக் காய்ச்சி சீரகம் கறுத்து நிறம் மாறும் போது இறக்கி ஆற விட்டு ஒன்று விட்டு ஒருநாள் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு தேய்த்து சீயக்காய் போட்டு வெந்நீரில் குளிக்கவும். இப்படி 5 நாட்கள் குளிக்கவும்.

தொடர்ந்து 15 நாட்களாவதுவிடாமல் வேப்பிலையை சாப்பிடவும். காமாலை நோய் தாக்கப்பட்டவர்கள் குணமடைந்த பின்னும் எண்ணெய் பலகாரங்கள் 2 மாதங்கள் சாப்பிடக் கூடாது. 6 மாதங்கள் வரை புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா, எனக்கு 46 வயது ஆகிறது. ஒரு வருடத்துக்கு முன்பு இடது குதிங்காலின் கீழே காலை ஊன்ற முடியாத அளவுக்கு வலி. டாக்டரிடம் காட்டியதற்கு 'எக்ஸ்ரே' எடுத்தார்கள். எலும்பு முறிவு பிரிவில் ஒரு ஊசி போட்டு 2 நாள் ஓய்வு எடுக்கச் சொன்னார்கள்.

இதனால் ஒரு வாரம் வலி நீங்கியது. பிறகு மறுபடியும் வந்துவிட்டது. மறுபடியும் ஊசி போட்டும் டாக்டர் யோசனைப் படி குதிங்கால் உயர்ந்த செருப்பு, பஞ்சு போன்று இருக்கும் செருப்பு அணிந்தும் பயன் இல்லை. இதற்கு வைத்தியம் கூறுமாறு வேண்டிக் கொள்கிறேன்.

- திருமதி அங்கயற்கண்ணி, சென்னை

தங்கள் நோய் குதிங்கால் வாதம்; விஷநீர் குதிகாலில் இறங்கி விட்டால் அதை வெளியேற்றுவது கடினம். மருந்து 2 மாதங்களாவது சாப்பிட வேண்டும். புலால், கிழங்குகள் சாப்பிடக் கூடாது.

அசுவகெந்தி என்னும் அமுக்கிராக் கிழங்கு நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்து ஒரு பானையில் பசும்பால் அரைப்படி விட்டு மேலே புட்டு வைப்பது போல் துணியை பானை வாய்க்குக் கட்டி மேற்கண்ட அமுக்கிராக் கிழங்கை வைத்து மேலே ஒருசட்டியை மூடி எரிக்கவும். பாலின் ஆவியில் அது வெந்ததும் எடுத்து உலர்த்தவும்.

பிறகு இடித்து சூரணம் செய்து சல்லடையில் வடித்து எடுக்கவும். அந்த சூரணத்துக்கு 10ல் 1 பங்கு சுக்குத் தூள் சேர்க்கவும். அதன் மொத்த அளவுக்கு சம அளவு கற்கண்டு தூள் அல்லது சீனி (சர்க்கரை) சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை தேக்கரண்டியளவு தண்ணீரில் சாப்பிடவும்.

நொச்சி இலையை நல்லெண்ணெய் கொஞ்சம் விட்டு வதக்கி குதிகாலில் வைத்து ஒவ்வொரு இரவும் சூட்டுடன் கட்டிக் கொள்ளவும். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா நான் கடந்த 2 ஆண்டுகளாக திருச்சியில் வேலை பார்த்து வருகிறேன். ஹோட்டல் சாப்பாடுதான். கடந்த ஒரு மாதமாக தொடர்ந்தாற்போல் ஒரு மணி நேரம் நாற்காலியில் உட்கார்ந்தால் இரண்டு கால்களும் வீங்கி விடுகின்றன. 15 நாட்களாக சிறுநீர் சரியாக போவதில்லை. உப்பு

நீர் உடம்பில் ஏற்பட்டுள்ளது என்று டாக்டர் சொல்கிறார். தங்கள் அறிவுரைப்படி நாட்டு மருந்து சாப்பிட்டு குணமடைய விரும்புகிறேன். இந்த வியாதியினால் ஆபத்து ஏதேனும் உண்டா? தங்களின் மேலான அறிவுரையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- ராஜன், திருச்சி

மனிதனுக்கு இரண்டு சத்துக்கள் உடம்பில் தேவையானவை. அவை சர்க்கரை, உப்பு. சர்க்கரை இறங்கினால் மதுமேகம் (Diabetis melitus) என்பர். இதனால் நாடி நரம்புகளெல்லாம் தளர்ந்து போகும். மயக்கம், கிறுகிறுப்பு உண்டாகும்.

இதற்கு ஒரு துணைவன் உண்டு. அது ரத்தக் கொதிப்பு. அநேகமாய் சர்க்கரை நோயுள்ளவர்களுக்கு ரத்தக் கொதிப்பு (Hyper Tension) கூடவே ஒட்டிக் கொள்ளும். இதற்கொரு மாத்திரை, அதற்கொரு மாத்திரை ஆயுள் உள்ளவரை சாப்பிட வேண்டும் அல்லது இன்சுலின் ஊசிகள் குத்திக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு கட்டம் வரும் அப்போது எந்த மருந்தும் வேலை செய்யாது.

அந்த நேரத்தில் மற்றொரு நண்பனும் சேர்ந்து விடுகிறது. அவன் உப்பு சத்து (Albumin). அவனும் கீழே இறங்க ஆரம்பித்து விடுவதோடு முடிவு தான்.

ஆனால் தங்களுக்கு உப்பு சத்து மாத்திரந்தான் இறங்குகிறது. இது தங்கள் நரம்பு தளர்ச்சியை குறிக்கிறது.

ஓட்டலுக்குப் போய் வெளியே வந்ததும் பக்கத்தில் உள்ள டாக்டரிடம் போ என்பர். என்ன செய்வது காலம் அப்படி?

உப்பு சத்து சிலருக்கு உடலில் அயச்சத்து குறையும் போது கூட கீழே இறங்க ஆரம்பிக்கும். அப்பொழுது பாதங்கள், முட்டி வரையில் நீர் பிடிக்கும். காலையில் பார்த்தால் காலில் வீக்கம் இருக்காது. நடந்தால், பஸ்சில் உட்கார்ந்து பிரயாணம் செய்தால் பாதங்களில் நீர் பிடிக்கும்.

டாக்டரிடம் சென்றால் நீர்க்குண்டி (Kidney) வேலை சரிவர செய்ய வில்லை. லேசிக்ஸ் என்ற மாத்திரையைச் சாப்பிடச் சொல்வார். அதைச் சாப்பிட்டவுடன் நீர் தாராளமாக இறங்கும். ஆனால் மறுநாள் பழைய குருடிதான்.

லேசிக்ஸ் (Lasix) மாத்திரையை அடிக்கடி உபயோகித்தால் கிட்னி என்னும் நீர்க்குண்டி செயலற்றுப் போகும்.

சர்க்கரை நோய்க்காவது ஆங்கில மருத்துவத்தில் தற்காலிக சாந்தி உண்டு. உப்பு சத்து இழப்புக்கு மருந்தே கிடையாது.

இதற்கு மூலிகை மருந்துகளை சாப்பிடின் ரத்தம் பெருகி, நீர்க்குண்டியை பலப்படுத்தி உடலைத் தேற்றும். எத்தனை மாதங்கள், வருடங்கள் சாப்பிடினும் ஒன்று போய் மற்றொன்று வராது.

கீழ்க்கண்ட மூலிகைகள் நாட்டு மருந்து கடையில் கிடைக்கும். அவைகளை வாங்கி இடித்து ஒரு மண் பாத்திரத்திலிட்டு கஷாயம் செய்து கொண்டு காலை மாலை சாப்பிடலாம்.

சங்கம் வேர்ப்பட்டை 20 கிராம், அதிமதுரம் 10 கிராம், பெருஞ்சீரகம் (சோம்பு) 5 கிராம், கொல்லன் உலையில் கிடைக்கும் கிட்டம் 5 கிராம்.

கடைசி மருந்து இரும்பு சத்துள்ளது. ரத்த விருத்தியை உண்டாக்கும். எல்லா சரக்குகளையும் இடித்து சட்டியிலிட்டு 5 லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றி அடுப்பேற்றி 1/2 லிட்டராகச் சுண்ட வைத்து வடிகட்டி காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிடவும்.

உப்பு சாப்பிடுவதை அறவே 40 நாட்களுக்கு நிறுத்த வேண்டும். 40 நாட்கள் வரை மேற்கண்ட கஷாயம் சாப்பிடவும்.

பிறகு இந்துப்பை வறுத்து சேர்த்துக் கொள்ளலாம். இப்படி செய்துவர தங்கள் நோய் பூரண குணமடையும். பயப்படாதீர்கள்.

ஐயா! என் வயது 31. கடந்த 1½ வருடங்களாக என் இடது காலின் கீழ் வீக்கம் உள்ளது. காலில் நீர் மாதிரி இறங்கி வீங்கி விடுகிறது. சிலநாட்களில் வடிந்து விடுகிறது. பிறகு மறுபடி வருகிறது. வலி இல்லை. இதற்கு தகுந்த மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- ஆர்.கே.சங்கர்லால், கும்பகோணம்.

கால்வீக்கம் பல வித காரணத்தால் உண்டாகும். இருதயம் பலவீனமாக இருந்தாலும், மலேரியா என்னும் யானைக்கால் நோய் இருந்தாலும், ரத்தக் குறைவினாலும் கால்களில் நீர் பிடிக்கும். தங்களுக்கு இவைகளில் எதனால் நீர் பிடிக்கிறது என்று தெரியவில்லை.

இருப்பினும் கீழ்க்கண்ட மருந்தை செய்து சாப்பிடவும்.

நிலவேம்பு 20 கிராம், சங்கம் வேர்ப்பட்டை 20 கிராம், சீரகம் 20 கிராம், அதிமதுரம் 20 கிராம் இவைகளை இடித்து தூள் செய்து ஜலித்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் காலை மாலை வெந்நீரில் சாப்பிடலாம். எந்த நீர் இருப்பினும் வெளியேறும். இருதயம் பலப்படும்.

நிலப்பனங்கிழங்கு ஒரு பங்கு, சாரைப் பருப்பு ஒரு பங்கு, கசகசா ஒரு பங்கு. இந்த அளவுப்படி நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் எவ்வளவு வேண்டுமானாலும் வாங்கிக் கொள்ளவும். கசகசாவை மட்டும் லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.

பிறகு மூன்றையும் இடித்தால் லேகியபதமாக வரும். இதனுடன் கொஞ்சம் சர்க்கரை சேர்த்து வைத்துக்கொண்டு காலை மாலை நெல்லிக் காய் அளவு எடுத்து பசும்பாலில் 45 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு 20 வயது. நான் நடந்தால் இடது கால் மட்டும் பாதத்தின் பக்கவாட்டில் வீங்கிக் கொள்கிறது. சிறிது வலியும் உள்ளது. ஜுரம் எதுவும் இல்லை. வீட்டில் இருந்தால் வீங்குவதில்லை. நான் வேலைக்கு செல்ல வேண்டிய திருப்பதால் மிகவும் சங்கடமாக இருக்கிறது. ஆகவே தாங்கள் ஏதாவது மருந்து கூறுங்கள்.

- லட்சுமி, சென்னை-17

கருந்துளசி அது கிடைக்காவிட்டால் சாதாரண துளசி இலைகளில் 5 இலைகள் எடுத்து மென்று சாப்பிட்டு 2 அவுன்ஸ் தண்ணீர் சாப்பிடவும். வெறும் வயிற்றில் காலையில் சாப்பிட வேண்டும். துளசியை கசக்கிச் சாறு எடுத்து அல்லது துளசியை அரைத்து வீக்கம் உள்ள இடத்தில் தடவ வேண்டும். இப்படி செய்து வந்தால் வீக்கம் குறைந்து விடும்.

ஐயா, எனக்கு வயது 21. என்னுடைய இரண்டு கால் பாதத்திலும் வெடிப்பு இருக்கிறது. வெடிப்பு வெடிக்கும்போது ரத்தம் வருகிறது. தோல் உரிகிறது. காற்று காலம் வந்தால் காலை கீழே வைக்கவே முடியாது. நான் பத்தியமும் இருந்து விட்டேன். போகவில்லை. டாக்டரிடமும் காட்டினேன். பலன் இல்லை. நீங்கள் கருணை வைத்து நல்ல மருந்து சொல்லுங்கள்.

- ஜெயம், கும்பகோணம்

சுந்தை துணியை கருப்பாக சுட்டு அதன் கரியை தேங்காய் எண்ணெயில் கலக்கி மெழுகு பதமாக எடுத்து வெடிப்புகளில் தடவி வரவும். இதில் குணமாகும். மறுபடியும் வரக் கூடும்.

கொல்லன் உலையில் கிடைக்கும் இரும்பு கிட்டம் 40 கிராம் எடுத்து இடித்து எடுத்து குழி அம்மியில் நன்றாக அரைத்து 500 கிராம் பனை வெல்லம் சேர்த்து மறுபடியும் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

காலை மாலை சுண்டைக்காயளவு இதில் சாப்பிட்டு வந்தால் பூரண குணமாகி விடும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 21. கால்கள் இரண்டிலும் வெடிப்புகளாக உள்ளன. என்னால் நடக்கவே முடியவில்லை. ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை செய்தும் பயன் இல்லை. ஆகவே உங்கள் மூலம் இந்த நோய்க்கு பரிகாரம் கிடைக்கும் என்று எதிர்பார்க்கிறேன்.

- கே.முருகேசன், கே.புதூர், திருச்சி மாவட்டம்

கால்களில் வெடிப்பு உண்டாவதற்கு காரணம் ரத்தக் கோளாறு. ரத்தம் சுத்தமாக இல்லை என்றால் அதில் கலந்த மேக நீர் வெளிப்பட வெடிப்பு உண்டாகி நீர் வெளியாகிறது.

பிரம்ம தண்டி என்ற மூலிகை உள்ளது. அதற்கு மதுரைக்கு தெற்கே, குருக்கு என்பார்கள். சில ஊர்களில் குடியோட்டு பூண்டு என்றும் கூறுவார்கள். அதன் முனையை ஒடித்தால் மஞ்சள் நிற நீர் வரும். இதை எடுத்து வெடிப்பில் தடவினால் சரியாகி விடும். இந்த செடிகளை பிடுங்கி இடித்து அரை லிட்டர் சாறுடன் அதன் அளவுக்கு விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து காய்ச்சி தைல பதத்தில் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு காலை அல்லது இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடுங்கள். வெடிப்புகள் குணமாகும்.

ஐயா! என் கால்பாதங்களின் ஓரத்தில் வெடிப்புகள் உண்டாகி நடக்க முடியவில்லை. கால் வீக்கமும் ஏற்படுகிறது. காலின் உட்பகுதியிலும் வெடிப்புகள் உள்ளன. களிம்பு உபயோகித்தால் கொஞ்ச நாட்கள் குணமாகி பிறகு மீண்டும் வருகிறது. எனவே நிரந்தரமாக குணமளிக்க நீங்கள் உதவ வேண்டுகிறேன்.

- எஸ்.சோமசுந்தரம், நெல்லை

உடலில் இரும்புச் சத்து குறைவாக இருப்பவர்களுக்கு இவ்வித தொல்லை ஏற்படும். கரிசாலை என்னும் கரிசலாங்கண்ணி மூலிகைகளை வேரோடு பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தவும். நன்றாக உலர்ந்த பின் இடித்து சலித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதன் அளவில் 10ல் ஒரு பங்கு சீரகம் எடுத்து லேசாக வறுத்து இடித்து சலித்துக் கொள்ளவும். பிறகு இரண்டையும் கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தண்ணீரில் கலந்து சாப்பிடவும்.

சுத்தமான இரும்பு வாணலியில் தண்ணீர் ஊற்றி பாதியாக சுண்ட வைத்து அதையே குடித்து வந்தால் இரும்புச் சத்து உடலில் பெருகும்.

வெடிப்புகளுக்கு பழைய துணியை சுட்டு கரியாக்கி தூள் செய்து தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு குழப்பி பூசி வந்தால் 40 நாட்களில் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு 19 வயதாகிறது. 15வது வயதில் என் கால் பெரு விரல்களின் மேலும் பாதங்களின் மேலும் புண் வந்தது. 4 வருடங்களாகவும் இன்னும் குணமாகவில்லை. பல ஊசிகள் போட்டும் பலன் இல்லை. தாங்கள் அருள் கூர்ந்து மருத்துவ ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- கே.ஆர்.பாலகிருஷ்ணன், கஞ்சமநாயக்கன்பட்டி

ஆடு தீண்டாப் பாளை என்று ஒரு வகை செடிகள் உண்டு. அதன் இலைகள் சாம்பல் பூத்தது போல் இருக்கும். அந்த இலைகளைப் பறித்து இடித்து அரை லிட்டர் சாறு எடுக்கவும். அதன் அளவுக்கு நல்லெண்ணெய் சேர்த்து காய்ச்சவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் காய்ச்சி தைல பதத்தில் இறக்கவும். இதில் 2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து பசும் பால் அல்லது வெந்நீரில் காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இந்த இலையையே அரைத்து புண்ணில் தினமும் கட்ட வேண்டும். 2 மாதங்கள் இப்படி செய்து வந்தால் ஆறிவிடும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 15. என் கால் விரல்கள் அரிப்பு ஏற்படுகிறது. சொரிந்தால் நீர் வருகிறது. எரிச்சல் ஏற்படுகிறது. காலின் பாதி அளவுக்கு வந்து விட்டது. பார்ப்பதற்கு அசிங்கமாக இருக்கிறது. உடல் முழுவதும் பரவி விடுமோ என்று பயமாக இருக்கிறது. ஆகவே உடனடியாக என் பயத்தை போக்க மருந்து கூறுங்கள்.**
>
> **- வி.கிருஷ்ணகுமார், அரியலூர்**

உடலில் மேக நீர் இருந்தால் இவ்வித நோய் வரும். ரத்தத்தில் மேற்படி நீர் கலந்து புண், புரை முதலிய நோய்கள் உண்டாகும். ரத்தத்தை சுத்தி செய்வதில் வேப்ப இலை சிறந்தது. வேப்பம் இலை ஒரு கைப்பிடி எடுத்து, அரை தேக்கரண்டி சீரகம் சேர்த்து அரைத்து மூன்று கோலிகள் அளவு செய்து கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றில் 20 நாட்கள் சாப்பிடவும். இதை சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

மேற் பூச்சாக வேப்பன் இலையும், மஞ்சளையும் சேர்த்து அரைத்து நீர் வடியும் இடங்களிலும், அரிப்பு இருக்கும் இடங்களிலும் தடவி வைக்கவும். குளிக்கும்போது சோப்பு உபயோகிக்காமல் கடலை மாவு அல்லது சீயக்காய் போட்டு தேய்த்து குளிக்கவும்.

> **ஐயா, எங்கள் குடும்பத்தில் பரம்பரையாக ஒரு வியாதி உள்ளது. தொடைகளுக்கு இடையில் தொட்டுப் பார்த்தால் கோலி மாதிரி உள்ளது. இது அவ்வப்போது வீங்கி விடுகிறது. சிறிது சிறிதாக சிறுநீர் பகுதிக்கு வீக்கம் ஏற்பட்டு மிகவும் சிரமமாக உள்ளது. அந்த சமயத்தில் காய்ச்சலும் வருகிறது. எங்கள் குடும்பத்தில் அனைவருக்கும் இடது பக்கத்தில் இதுபோல் உள்ளது. இதை தீர்க்க தாங்கள் உரிய மருந்து சொல்லவும். குடும்ப நன்மையைக் கருதி விலாசம் எழுத முடியவில்லை.**
>
> **-.......... காஞ்சிபுரம்**

விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர், தண்ணீர் தெளித்து இடித்த வெள்ளைப் பூண்டு சாறு கால் லிட்டர், பொறித்த பெருங்காயம் 10 கிராம், தூள் செய்த இந்துப்பு 20 கிராம் இவைகளையெல்லாம் விளக்கெண்ணெய்யில் போட்டு காய்ச்சவும். தைலப் பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இரவு படுக்கும் நேரத்தில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீரில் சாப்பிடவும்.

> **ஐயா, என் வயது 26, திருமணமானவன், 2 குழந்தைகள் உண்டு. என் இடது காலில் அடிக்கடி வீக்கம் பாதத்திற்கு மேல் வருகிறது. காலையில் இருப்பதில்லை. நடந்தாலோ, பலசில் கால்களை தொங்க விட்டுக் கொண்டாலோ கால் வீங்குகிறது. இந்நோய் 5,6 வருடங்களாக உள்ளது. ஹெட்ரஜான் மாத்திரைகள் நூற்றுக் கணக்கில் சாப்பிட்டும் பயனில்லை. டாக்டர் இது யானைக்கால் நோய் என்று சொல்கிறார். என் நோயை தாங்கள் தீர்க்க முடியுமென்று இக்கடிதம் எழுதியுள்ளேன்.**
>
> **- மதனகோபால், மாயவரம்**

முதிர்ந்த வேப்பம் பட்டையைக் கொண்டு வந்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். கடுக்காய் தோல் ஒன்றிரண்டாக இடித்து 5 கிராம், இந்துப்பு 5 கிராம் மேற்கண்ட மூன்றையும் ஒரு சட்டியில் இட்டு 2 லிட்டர் சட்டியில் ஊற்றி 1/2 லிட்டராக சுண்ட வைத்து 2 தம்ளர் வீதம் காலையில் வெறும் வயிற்றிலும், மாலை 6 மணிக்கும் சாப்பிடவும்.

இப்படி 48 நாட்களுக்கு சாப்பிடவும். மருந்து சாப்பிடும் நாட்களில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

> **ஐயா! எனக்கு 4 வருட காலமாக இடது காலில் விட்டுவிட்டு வீக்கம் ஏற்படுகிறது. காய்ச்சல் வருகிறது. அதிகநேரம் நின்றால் கால் வீங்குகிறது. டாக்டரிடம் காண்பித்ததற்கு பைலேரியா என்றார்கள். ஒரு சிலர் வாயுக் கோளாறு என்கிறார்கள். என் வயது 26. இந்த நோயைக் குணப்படுத்த ஒரு வழி சொல்லுங்கள்.**
>
> **- கே.சுப்பிரமணியன், சமயபுரம்**

தாங்கள் நோய்க்கு கீழ்க்கண்ட கஷாயத்தை செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை 2 அவுன்ஸ் வீதம் 48 நாட்களுக்கு சாப்பிடவும்.

வில்வ இலை ஒரு கைப்பிடி, துளசி இலை ஒரு கைப்பிடி எடுத்து இடித்து ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு காய்ச்சவும்.

அந்த தண்ணீர் 1/2 லிட்டராக வற்றிய பின் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும். அதில் ஒரு சிட்டிகை பச்சைக் கற்பூரத்தை தூள் செய்து போட்டு இறக்கவும். இதை 3 நாட்கள் வரை உபயோகப்படுத்தலாம். 4வது நாள் புதிதாக கஷாயம் தயாரிக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு நாளும் கஷாயத்தை சுட வைத்துக் கொள்ளவும்.

48 நாட்களுக்கு குறையாமல் சாப்பிட வேண்டும். மாதக் கணக்கில் சாப்பிட்டால் நல்ல பலன் தரும். புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

யானைக்கால் நோய் ஒரு முறை வந்தால் குணப்படுத்துவது கடினம். இந்த கஷாயம் சாப்பிட்டுக் கொண்டு வந்தால் பூரண குணம் காணலாம்.

ஐயா, எங்கள் பகுதியில் யானைக்கால் வியாதி அதிகமாக உள்ளது. சிலருக்கு கால்களின் வீக்கம் இருக்கிறது. சிலருக்கு உயிர் நிலை, விரை வீக்கம் உள்ளது. ஆங்கில வைத்தியத்தில் மருந்து சாப்பிட்டாலும், ஊசி போட்டாலும் மீண்டும் வீங்கி விடுகிறது. இதற்கு சித்த வைத்திய முறையை தெரிவித்தால் இந்த வியாதி உள்ளவர்களுக்கு மிகவும் நலமாக இருக்கும்.

- கி.மந்தராசலம், அரியலூர்

யானைக்கால் நோய் வந்த உடன் மருந்து சாப்பிட்டால் பூரண குணம் கிடைக்கும். ஆனால் இரண்டு மூன்று மாதங்கள் விட்டு விட்டால் பூச்சிகள் ஆழமாக சென்று எந்த மருந்துக்கும் வசப்படாது.

குப்பைமேனி இலை 9, மிளகு 6, இரண்டையும் மென்று ஒரு கோப்பை பசும் பால் காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். உப்பில்லாமல் பச்சரிசி நொய் கஞ்சியும், பாலும் சாப்பிட்டு வந்தால் யானைக்கால் நோய் தீரும்.

வில்வம், துளசி, வேம்பு ஆகிய இலைகளை சம அளவு (ஒரு கைப்பிடி) எடுத்து ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு காய்ச்சவும். அது அரை லிட்டராக வற்றிய பின் அதில் ஒரு தம்ளர் எடுத்து சாப்பிடவும். தினசரி இப்படி சாப்பிட்டால் ஒன்றிரண்டு மாதங்கள் தாக்கப்பட்ட யானைக்கால் பூரண குணம் அடையும்.

ஐயா! எனக்கு திருமணமாகி 8 வருடங்கள் ஆகின்றன. 5 வயதில் ஒரே ஒரு பெண் குழந்தை மட்டுமே இருக்கிறது. கடந்த ஒரு வருடத்துக்கு முன் கடுமையான ஜுரம் கண்டு, ஒரு கால் நடக்க முடியாமல் ஆகிவிட்டது. மருத்துவமனையில் மின்சார சிகிச்சை அளித்தனர். பின்னர் நான் நிறுத்தி விட்டேன். பல மருந்துகள் கொடுத்தோம். காலில் உணர்ச்சி ஏற்பட்டு உள்ளதை தவிர பூரணமாக குணமாகவில்லை. வாசகர் ஒருவர் கேள்விக்கு

நாக்கலாம் பூச்சியை பயன்படுத்தும்படி கூறியிருந்தீர்கள். அதை என் குழந்தைக்கு கொடுக்கலாமா?

- கு.பரசுராமன், வெங்களூர்

இளம்பிள்ளை வாதம் சகஜமாக குழந்தைகளுக்கு வருவது உண்டு. அதை ஆங்கிலத்தில் போலியோ என்பார்கள். எத்தனையோ தடுப்பு ஊசி போட்டும் இந்த நோய் குழந்தைகளுக்கு வந்து கொண்டுதான் உள்ளது.

நாக்கலாம் பூச்சி என்பது மண் புழுதான். அதை எல்லாவிதமான இளம் பிள்ளை வாதங்களுக்கும் கொடுக்கலாம். புதிதாக படிக்கும் வாசகர்களுக்காக மீண்டும் அதுபற்றி கூறுகிறேன்.

நாக்கலாம் பூச்சி (மண் புழு) 10 எடுத்து ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு அதனுடன் நான்கைந்து மிளகு போட்டு காய்ச்சி, அது கால் டம்ளராக வற்றிய பின் வடிகட்டி காலை தோறும் ஒன்று அல்லது இரண்டு வேளை கொடுத்தால் குணமாகும்.

ஆனால் பல ஆங்கில மருத்துவம் பார்த்துவிட்டு இதை சாப்பிட்டால் குணமடைவது கஷ்டம். காலில் உள்ள சதை சூம்பி போய்விட்ட பின் இந்த மருந்து வேலை செய்வது கடினம்.

ஆகவே நோய் தாக்கிய உடனே டாக்டரிடம் காட்டினாலும் இந்த மருந்தை உடனடியாக உபயோகப்படுத்தினால் ஒரு மாதத்தில் நல்ல பலனை காணலாம்.

ஐயா! 5 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு என் மகளுக்கு அதிக ஜுரத்தினால் கையும் காலும் வெட்டி வெட்டி இழுத்தது. மறுநாள் முதல் கையும் காலும் செயலற்றுப் போய்விட்டது. சிகிச்சைக்குப் பின் இப்போது நடக்கவும், கையை மேல் தூக்கவும் முடிகிறது. ஆனால் கையினால் பொருட்களை தூக்க இயலாது. இதற்கு என்ன மருந்து கொடுக்கலாம் என்பதை தெரிவிக்கவும்.

- எஸ். கலியபெருமாள், கடகம்

உங்கள் குழந்தைக்கு வந்த நோய் இளம்பிள்ளை வாதம் என்பதாகும். கையில் பலம் இல்லை என்று கூறி இருக்கிறீர்கள்.

வாதமடக்கி மரத்தின் இலைகளை சாறு பிழிந்து 1 லிட்டர் எடுத்து, 1/2 லிட்டர் வேப்ப எண்ணெயுடன் சேர்த்து காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இந்த தைலத்தை தினசரி அந்தக் கையில் கீழிருந்து மேல் நோக்கி தேய்த்து வந்தால் பலம் பெற்று விடும்.

ஐயா, எனக்கு வயது 17. இரு கால்களிலும் ஆணி இருக்கிறது. தாங்க முடியாத வலி இருக்கிறது. இதுவரை பயன்படுத்திய

மருந்தினால் பலன் ஏதும் ஏற்படவில்லை. எனக்கு தகுந்த மருந்து சொல்லும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.சுல்தான், நாகை

கால் ஆணிகளை ஒரு பிளேடு எடுத்துக் கொண்டு ஜாக்கிரதையாக அறுத்து வலி ஏற்படும்போது நிறுத்திக் கொள்ளவும்.

துருசு என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதை ஆங்கிலத்தில் காப்பர் சல்பேட் என்பார்கள். இதை உள்ளுக்கு சாப்பிடக் கூடாது. மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். இதில் 10 கிராம் வாங்கி அதனுடன் 10 கிராம் கற்பூரம், 5 கிராம் பச்சை கற்பூரம் சேர்த்து வாசலைன் அல்லது வெண்ணெய் விட்டு அரைக்கவும். மெழுகு பதம் ஆனவுடன் எடுத்து டப்பாவில் அடைக்கவும். ஆணி அறுத்த பள்ளங்களில் இந்த மெழுகை வைத்து அதன் மேல் பிளாஸ்டிக் பேப்பரை வைத்து பிளாஸ்திரி போட்டுக் கொள்ளவும்.

இதை இரவு நேரங்களில் உபயோகிப்பது நல்லது. இப்படி பிரதி தினமும் செய்யவும்.

சுத்தமாக ஆணி அற்று போகாவிடினும் வலி இருக்காது. ஆணி வளர்ந்து வலியெடுக்கும்போது இந்த உபாயத்தை அவ்வப்போது செய்து கொள்ளலாம்.

ஐயா! தாங்கள் ஒரு பதிலில் சொன்னது போல் கால் ஆணிக்கு காப்பர் சல்பேட், பச்சை கற்பூரம் சேர்த்து அரைத்து விளக்கெண்ணெயுடன் குழைத்து காலில் தடவி பிளாஸ்திரி ஒட்டி வந்தேன். தொடர்ந்து 2 வாரங்கள் ஆகியும் எந்த பயனும் இல்லை. நான் விளக்கெண்ணெய் சேர்த்தது சரியா? அல்லது தண்ணீர் சேர்க்க வேண்டுமா?

கால் ஆணிக்கு துருசு என்னும் காப்பர் சல்பேட்டும் கற்பூரமும் சம அளவு விட்டு அரைத்து மெழுகுபதத்தில் காலில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று கூறியிருந்தேன்.

கற்பூரம் என்றால் பச்சைக் கற்பூரம் அல்ல. பச்சைக் கற்பூரம் என்றால் அப்படியே எழுதப்படும்.

அந்த மெழுகை ஆணி உள்ள இடத்தில் அறுத்து உள்ளே வைத்து தினசரி கட்டி வந்தால் குணமாகும்.

சுத்தமாக அறுத்து ஆணி வெளியே வர வேண்டும் என்றால் கீழே கொடுத்துள்ள தைலத்தை நாலைந்து மாதங்கள் சாப்பிட்டால் மறுமுறை வராது.

அதன் விவரம் மீண்டும் சொல்லப்படுகிறது.

கீழாநெல்லி, வெள்ளருகு ஆகியவைகள் சம அளவு இடித்து பிழிந்த சாறு அரை லிட்டர் எடுத்து, அரை லிட்டர் விளக்கெண்ணெயில் கலக்கவும். அதனுடன் கார்போக அரிசி 25 கிராம் வாங்கி பொடி செய்து போட்டு காய்ச்சவும். தைல பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து எடுத்துக் கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றிலும், இரவு படுக்கும்போதும் ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடவும். புலால், நல்லெண்ணெய் அகத்திக் கீரை, பாகற்காய் சேர்க்கக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு சில மாதங்களாக காலையில் எழுந்திருக்கும் போதும், உட்கார்ந்து எழுந்தாலும் பாதத்தின் அடிப்பாகம் வலிக்கிறது. பின் பாதத்தில் வியர்க்கிறது. இது ஏதாவது நோயின் அறிகுறியா? இதற்கு என்ன சாப்பிட வேண்டும்?

- கே.சக்கரவர்த்தி, மேட்டுப்பாளையம்

தங்கள் நோயை குதிங்கால் வாதம் என்று சொல்வார்கள். உடலில் உள்ள விஷ நீர் குதிங்காலில் இறங்கி விட்டால் அதை வெளியேற்றுவது கடினம். மருந்துகளால் வெளியேற்ற 6 மாதங்கள் ஆகும். குதிங்கால் தடிப்பாகவும், ரத்த நாளங்கள் சிறிதாகவும் இருப்பதால் மருந்து பாய்ந்து விஷ நீரை எடுக்கும் வலிமை குறைந்து விடுகிறது.

செங்கல்லை சுட்டு அதன் மேல் பழுப்பு நிறமான எருக்கம் குலைகளில் இரண்டு மூன்றை போட்டு குதிங்காலை அதன் மேல் வைத்து மெதுவாக அழுத்தவும். இப்படி 20 நாட்கள் செய்யவும்.

ஐயா! என் கால்களில் முழங்கால் சதைப் பகுதி வலிக்கிறது. பாதங்களில் எரிச்சல் ஏற்படுகிறது. கால் நரம்புகளும் வலிக்கிறது. இது என்ன நோய்? இதற்கு சித்த வைத்திய முறையில் மருந்து கூறுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன். எனக்கு வயது 60.

- பி.சங்கரப்பன், விருதுநகர்

கால்களில் குடைச்சல், எரிச்சல் முதலியன ரத்தத்தில் மதுமேகம் (சர்க்கரை நோய்) இருந்தாலும் அல்லது சிறுநீரில் சர்க்கரை இருப்பினும் உண்டாகும். ஆகவே ரத்தம், சிறுநீரை சோதித்து பார்க்க வேண்டும். அதில் சர்க்கரை இல்லை என்று தெரிந்தால் கீழ்க்கண்ட மருந்து சாப்பிடவும்.

குப்பைமேனி இலைகளை இடித்து சாறு கால் படியும், விளக் கெண்ணெய் கால்படியும் சேர்த்து சிறு தீயில் காய்ச்சவும். சாறு சுண்டியதும் சிடுசிடுப்பு அடங்கும். அதன் பின் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில்

வைத்துக் கொள்ளவும். இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து சிறிதளவு பால் கலந்து வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிடவும். தொடர்ந்து இதை சாப்பிட்டு வந்தால் கால் எரிச்சல் குணமாகும்.

> ***ஐயா! என்னுடைய மகனுக்கு ஏழு வயதாகிறது. அவனுக்கு கடந்த நான்கு வருடங்களாக கால்களில் எக்சிமா கண்டு இருக்கிறது! அதாவது இரண்டு கால்களிலும் சிறு சிறு சீழ் உள்ள கொப்புளங்கள் வந்து வந்து போய் கொண்டிருக்கின்றன. சில சமயங்களில் இடுப்பிலும், கைகளிலும் ஏற்படுகிறது. இதை பூரணமாகக் குணமாக்க மருந்து தெரிவியுங்கள்.***
>
> **- என்.ராமசாமி, திருச்சி**

தங்கள் உடம்பில் மேக நீர் இருப்பதால் நமைச்சல், அரிப்பு முதலியவை உண்டாகின்றன. இதற்கு சீமை அகத்தி இலை இடித்த சாறு அரை லிட்டர், தெருஞ்சி கொடியை இடித்த சாறு அரை லிட்டர், விளக்கெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் இந்த மூன்றையும் கலந்து அடுப்பில் சிறு தீயில் எரிக்கவும். சிடு சிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி ஆற வைத்து, வடிகட்டி புட்டியில் வைக்கவும். இரவு படுகரும்போது தினமும் இதில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் ஊற்றி சாப்பிடவும்.

ஒருவேளை பேதியானால் அளவை பாதி தேக்கரண்டியாக குறைத்துக் கொள்ளவும். இப்படி தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிடவும். இம்மருந்து சாப்பிடும் போது புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. கடந்த 4 ஆண்டுகளாக முழங்கால்களிலும் கணுக் கால்களிலும் கால் பாதங்களிலும் வலி இருந்து கொண்டே உள்ளது. ஆங்கில வைத்தியம் செய்து பலன் இல்லை. தாங்கள் நல்ல மருந்து கூறுங்கள்.

- ஜெ. சாந்தாதேவி, பள்ளத்தூர், ராமநாதபுரம்

தாங்கள் மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும். மலம் சரியாக வெளியாகவில்லை என்றால் வாயு சேர்ந்து பல இடங்களுக்கு கரிமல வாயு பரவி குத்தல், குடைச்சல் உண்டாகும்.

பேதி ஆகும்படி ஏதாவது மருந்து சாப்பிட வேண்டும். அதன் பிறகு, முடக்கத்தான் என்னும் மூலிகை இலையில் ஒரு கைப்பிடி, சிறிய துண்டு, சுக்கு இரண்டையும் இடித்து 2 தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு காய்ச்சவும். பிறகு அதை வடிகட்டி காலையில் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி 60 நாட்கள் சாப்பிட்டால் மூட்டு வலிகுறையும். வீக்கம் இருந்தாலும் குணமடையும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 25 ஆகிறது. எனக்கு இடுப்பு பிடித்திருக்கிறது. ஏராளமான ஊசிகள் போட்டும் ஒன்றும் பலன் தரவில்லை. என் உடல் நோயை தீர்க்க மருத்துவம் கூறுமாறு மிகவும் பணிவுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஜி. உமையம்மாள், மதுரை

முடக்கொத்தான் என்ற செடி (மூலிகை) ஒரு கைப்பிடி, பூண்டு பல் 11, மிளகு 9 இந்த மூன்றையும் அம்மியில் தட்டி 1/2 லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு கொதிக்க வைத்து 1/4 லிட்டராக சுண்டிய பின் எடுத்து வடிகட்டி கொள்ளவும்.

காலையில் வெறும் வயிற்றில் இக் கஷாயத்தை ஞாயிற்றுக்கிழமை தொடங்கி ஒன்று விட்டு ஒருநாள் இரண்டு வாரங்கள் சாப்பிடவும். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

கிழங்குகள், புலால், வாழைக்காய், வாழைப்பழம் சாப்பிடாதீர்கள். மலம் தாராளமாய் போகும் மருந்துகளை சாப்பிடுதல் நல்லது. மலச் சிக்கல், வாத நோய்களுக்கு முக்கிய காரணம்.

ஐயா! எனக்கு வயது 29. நான் இரவு நேரங்களில் கண் விழித்து வேலை செய்தாலும், குளிர்ந்த நீரில் குளித்தாலும் முழங்கால் பாதங்கள், கைவிரல் மூட்டுகளில் எல்லாம் வலி ஏற்படுகிறது. இப்படி 2 வருடங்களாக உள்ளது. இப்போது நாளுக்கு நாள் வலி அதிகமாகிறது. இப்படியே போனால் கை கால் வராமல்

போய்விடுமோ என்று பயம் உள்ளது. ஆகவே அந்த பயத்தைப் போக்கி, இந்த நோயிலிருந்து என்னை நீங்கள் காப்பாற்ற வேண்டும்.

- என். நவநீதன், சின்னயம்பாளையம், கோவை மாவட்டம்

நீங்கள் பயப்பட வேண்டியதில்லை. உடலில் நல்ல இரத்தம் இல்லாததால் இப்படி ஏற்படக் கூடும்.

கீழ்க்கண்ட மருந்தை 40 நாட்களுக்கு சாப்பிட்டால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

அசுவகந்தி 10 பங்கு, கோரைக் கிழங்கு 5 பங்கு, நன்னாரி 3 பங்கு - இவைகளை நன்றாக இடித்து சூரணம் செய்து சலித்து அந்த அளவுக்கு கற்கண்டு அல்லது சர்க்கரை சேர்த்து புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். காலையிலும் மாலையிலும் இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடலாம்.

கிழங்குகள், வாழைப்பழம், வாழைக் காய், புலால் போன்றவைகளை சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! 32 வயதுதான் எனக்கு. 2 வருடங்களாக கழுத்தில் பிடரி பகுதியில் வலி எடுக்கிறது. உட்காரும் போதும், நிற்கும் போதும் வலிக்கிறது. எவ்வளவோ மருந்துகள் சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை! இந்த நோயிலிருந்து பூரண குணம்பெற மருந்து கூறுமாறு தங்களை வேண்டி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஆர். சண்முகநாதன், மகிழங்கோட்டை

சித்த மருத்துவத்தில் இந்த நோயை பிடரி வலி என்பார்கள். கொல்லன் உலையில் இரும்பு கிட்டம் என்று கட்டி கட்டியாக கிடக்கும். அதில் 100 கிராம் எடுத்து இடித்து பலிந்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். அந்த சூரணத்தின் அளவுக்கு 6ல் ஒரு பங்கு சுக்கு இடித்து சலித்து அதனுடன் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

அதன்படி அந்த பொடிக்கு 6 மடங்கு பனைவெல்லம் சேர்த்து அரைத்து வைத்துக் கொண்டால் லேகியம் போல் இருக்கும். அதில் கோலி அளவுக்கு காலையும் மாலையும் எடுத்து சுவைத்து சாப்பிடவும். இதனால் மலம் இருகக் கூடும். அப்படியானால் அளவை பாதியாக குறைத்து சாப்பிடவும்.

வஸ்திரகாயம் என்பது ஒரு சுடினமான துணியை பாத்திரத்தில் இருகக் கட்டி அதில் பொடியை போட்டு விரலால் தேய்த்தால் பொடி கீழே இறங்கும். இதற்கு வஸ்திர காயம் என்று பெயர்.

மருந்தினால் பலன் ஏதும் ஏற்படவில்லை. எனக்கு தகுந்த மருந்து சொல்லும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.கல்தூன், நாகை

கால் ஆணிகளை ஒரு பிளேடு எடுத்துக் கொண்டு ஜாக்கிரதையாக அறுத்து வலி ஏற்படும்போது நிறுத்திக் கொள்ளவும்.

திருசு என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதை ஆங்கிலத்தில் காப்பர் சல்பேட் என்பார்கள். இதை உள்ளுக்கு சாப்பிடக் கூடாது. மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். இதில் 10 கிராம் வாங்கி அதனுடன் 10 கிராம் கற்பூரம், 5 கிராம் பச்சை கற்பூரம் சேர்த்து வாசலைன் அல்லது வெண்ணெய் விட்டு அரைக்கவும். மெழுகு பதம் ஆனவுடன் எடுத்து டப்பாவில் அடைக்கவும். ஆணி அறுத்த பள்ளங்களில் இந்த மெழுகை வைத்து அதன் மேல் பிளாஸ்டிக் பேப்பரை வைத்து பிளாஸ்திரி போட்டுக் கொள்ளவும்.

இதை இரவு நேரங்களில் உபயோகிப்பது நல்லது. இப்படி பிரதி தினமும் செய்யவும்.

சுத்தமாக ஆணி அற்று போகாவிடினும் வலி இருக்காது. ஆணி வளர்ந்து வலிஎடுக்கும்போது இந்த உபாயத்தை அவ்வப்போது செய்து கொள்ளலாம்.

ஐயா! தாங்கள் ஒரு பதிலில் சொன்னது போல் கால் ஆணிக்கு காப்பர் சல்பேட், பச்சை கற்பூரம் சேர்த்து அரைத்து விளக்கெண்ணெயுடன் குழைத்து காலில் தடவி பிளாஸ்திரி ஒட்டி வந்தேன். தொடர்ந்து 2 வாரங்கள் ஆகியும் எந்த பயனும் இல்லை. நான் விளக்கண்ணெய் சேர்த்தது சரியா? அல்லது தண்ணீர் சேர்க்க வேண்டுமா?

கால் ஆணிக்கு துருசு என்னும் காப்பர் சல்பேட்டும் கற்பூரமும் சம அளவு விட்டு அரைத்து மெழுகுபதத்தில் காலில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று கூறியிருந்தேன்.

கற்பூரம் என்றால் பச்சைக் கற்பூரம் அல்ல. பச்சைக் கற்பூரம் என்றால் அப்படியே எழுதப்படும்.

அந்த மெழுகை ஆணி உள்ள இடத்தில் அறுத்து உள்ளே வைத்து தினசரி கட்டி வந்தால் குணமாகும்.

சுத்தமாக அறுத்து ஆணி வெளியே வர வேண்டும் என்றால் கீழே கொடுத்துள்ள தைலத்தை நாலைந்து மாதங்கள் சாப்பிட்டால் மறுமுறை வராது.

அதன் விவரம் மீண்டும் சொல்லப்படுகிறது.

கீழாநெல்லி, வெள்ளருகு ஆகியவைகள் சம அளவு இடித்து பிழிந்த சாறு அரை லிட்டர் எடுத்து, அரை லிட்டர் விளக்கெண்ணெயில் கலக்கவும். அதனுடன் கார்போக அரிசி 25 கிராம் வாங்கி பொடி செய்து போட்டு காய்ச்சவும். தைல பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து எடுத்துக் கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றிலும், இரவு படுக்கும்போதும் ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடவும். புலால், நல்லெண்ணெய் அகத்திக் கீரை, பாகற்காய் சேர்க்கக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு சில மாதங்களாக காலையில் எழுந்திருக்கும் போதும், உட்கார்ந்து எழுந்தாலும் பாதத்தின் அடிப்பாகம் வலிக்கிறது. பின் பாதத்தில் வியர்க்கிறது. இது ஏதாவது நோயின் அறிகுறியா? இதற்கு என்ன சாப்பிட வேண்டும்?

- கே.சக்கரவர்த்தி, மேட்டுப்பாளையம்

தங்கள் நோயை குதிங்கால் வாதம் என்று சொல்வார்கள். உடலில் உள்ள விஷ நீர் குதிங்காலில் இறங்கி விட்டால் அதை வெளியேற்றுவது கடினம். மருந்துகளால் வெளியேற்ற 6 மாதங்கள் ஆகும். குதிங்கால் தடிப்பாகவும், ரத்த நாளங்கள் சிறிதாகவும் இருப்பதால் மருந்து பாய்ந்து விஷ நீரை எடுக்கும் வலிமை குறைந்து விடுகிறது.

செங்கல்லை சுட்டு அதன் மேல் பழுப்பு நிறமான எருக்கம் குலைகளில் இரண்டு மூன்றை போட்டு குதிங்காலை அதன் மேல் வைத்து மெதுவாக அழுத்தவும். இப்படி 20 நாட்கள் செய்யவும்.

ஐயா! என் கால்களில் முழங்கால் சதைப் பகுதி வலிக்கிறது. பாதங்களில் எரிச்சல் ஏற்படுகிறது. கால் நரம்புகளும் வலிக்கிறது. இது என்ன நோய்? இதற்கு சித்த வைத்திய முறையில் மருந்து கூறுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன். எனக்கு வயது 60.

- பி.சங்கரப்பன், விருதுநகர்

கால்களில் குடைச்சல், எரிச்சல் முதலியன ரத்தத்தில் மதுமேகம் (சர்க்கரை நோய்) இருந்தாலும் அல்லது சிறுநீரில் சர்க்கரை இருப்பினும் உண்டாகும். ஆகவே ரத்தம், சிறுநீரை சோதித்து பார்க்க வேண்டும். அதில் சர்க்கரை இல்லை என்று தெரிந்தால் கீழ்க்கண்ட மருந்து சாப்பிடவும்.

குப்பைமேனி இலைகளை இடித்து சாறு கால் படியும், விளக்கெண்ணெய் கால்படியும் சேர்த்து சிறு தீயில் காய்ச்சவும். சாறு சுண்டியதும் சிடுசிடுப்பு அடங்கும். அதன் பின் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில்

வைத்துக் கொள்ளவும். இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து சிறிதளவு பால் கலந்து வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிடவும். தொடர்ந்து இதை சாப்பிட்டு வந்தால் கால் எரிச்சல் குணமாகும்.

> **ஐயா! என்னுடைய மகனுக்கு எழு வயதாகிறது. அவனுக்கு கடந்த நான்கு வருடங்களாக கால்களில் எக்சிமா கண்டு இருக்கிறது! அதாவது இரண்டு கால்களிலும் சிறு சிறு சீழ் உள்ள கொப்புளங்கள் வந்து வந்து போய் கொண்டிருக்கின்றன. சில சமயங்களில் இடுப்பிலும், கைகளிலும் ஏற்படுகிறது. இதை பூரணமாகக் குணமாக்க மருந்து தெரிவியுங்கள்.**
>
> **- என்.ராமசாமி, திருச்சி**

தங்கள் உடம்பில் மேக நீர் இருப்பதால் நமைச்சல், அரிப்பு முதலியவை உண்டாகின்றன. இதற்கு சீமை அகத்தி இலை இடித்த சாறு அரை லிட்டர், நெருஞ்சி கொடியை இடித்த சாறு அரை லிட்டர், விளக்கெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் இந்த மூன்றையும் கலந்து அடுப்பில் சிறு தீயில் எரிக்கவும். சிடு சிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி ஆற வைத்து, வடிகட்டி புட்டியில் வைக்கவும். இரவு படுக்கும்போது தினமும் இதில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் ஊற்றி சாப்பிடவும்.

ஒருவேளை பேதியானால் அளவை பாதி தேக்கரண்டியாக குறைத்துக் கொள்ளவும். இப்படி தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிடவும். இம்மருந்து சாப்பிடும் போது புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. கடந்த 4 ஆண்டுகளாக முழங்கால்களிலும் கணுக் கால்களிலும் கால் பாதங்களிலும் வலி இருந்து கொண்டே உள்ளது. ஆங்கில வைத்தியம் செய்து பலன் இல்லை. தாங்கள் நல்ல மருந்து கூறுங்கள்.

- ஜெ. சாந்தாதேவி, பள்ளத்தூர், ராமநாதபுரம்

தாங்கள் மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும். மலம் சரியாக வெளியாகவில்லை என்றால் வாயு சேர்ந்து பல இடங்களுக்கு கரிமல வாயு பரவி குத்தல், குடைச்சல் உண்டாகும்.

பேதி ஆகும்படி ஏதாவது மருந்து சாப்பிட வேண்டும். அதன் பிறகு, முடக்கத்தான் என்னும் மூலிகை இலையில் ஒரு கைப்பிடி, சிறிய துண்டு, சுக்கு இரண்டையும் இடித்து 2 தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு காய்ச்சவும். பிறகு அதை வடிகட்டி காலையில் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி 60 நாட்கள் சாப்பிட்டால் மூட்டு வலிகுறையும். வீக்கம் இருந்தாலும் குணமடையும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 25 ஆகிறது. எனக்கு இடுப்பு பிடித்திருக்கிறது. ஏராளமான ஊசிகள் போட்டும் ஒன்றும் பலன் தரவில்லை. என் உடல் நோயை தீர்க்க மருத்துவம் கூறுமாறு மிகவும் பணிவுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஜி. உமையம்மாள், மதுரை

முடக்கொத்தான் என்ற செடி (மூலிகை) ஒரு கைப்பிடி, பூண்டு பல் 11, மிளகு 9 இந்த மூன்றையும் அம்மியில் தட்டி 1/2 லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு கொதிக்க வைத்து 1/4 லிட்டராக சுண்டிய பின் எடுத்து வடிகட்டி கொள்ளவும்.

காலையில் வெறும் வயிற்றில் இக் கஷாயத்தை ஞாயிற்றுக்கிழமை தொடங்கி ஒன்று விட்டு ஒருநாள் இரண்டு வாரங்கள் சாப்பிடவும். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

கிழங்குகள், புலால், வாழைக்காய், வாழைப்பழம் சாப்பிடாதீர்கள். மலம் தாராளமாய் போகும் மருந்துகளை சாப்பிடுதல் நல்லது. மலச் சிக்கல், வாத நோய்களுக்கு முக்கிய காரணம்.

ஐயா! எனக்கு வயது 29. நான் இரவு நேரங்களில் கண் விழித்து வேலை செய்தாலும், குளிர்ந்த நீரில் குளித்தாலும் முழங்கால் பாதங்கள், கைவிரல் மூட்டுகளில் எல்லாம் வலி ஏற்படுகிறது. இப்படி 2 வருடங்களாக உள்ளது. இப்போது நாளுக்கு நாள் வலி அதிகமாகிறது. இப்படியே போனால் கை கால் வராமல்

போய்விடுமோ என்று பயம் உள்ளது. ஆகவே அந்த பயத்தைப் போக்கி, இந்த நோயிலிருந்து என்னை நீங்கள் காப்பாற்ற வேண்டும்.

- என். நவநீதன், சின்னயம்பாளையம், கோவை மாவட்டம்

நீங்கள் பயப்பட வேண்டியதில்லை. உடலில் நல்ல இரத்தம் இல்லாததால் இப்படி ஏற்படக் கூடும்.

கீழ்க்கண்ட மருந்தை 40 நாட்களுக்கு சாப்பிட்டால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

அமுக்கரா 10 பங்கு, கோரைக் கிழங்கு 5 பங்கு, நன்னாரி 3 பங்கு - இவைகளை நன்றாக இடித்து சூரணம் செய்து சலித்து அந்த அளவுக்கு கற்கண்டு அல்லது சர்க்கரை சேர்த்து புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். காலையிலும் மாலையிலும் இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடலாம்.

கிழங்குகள், வாழைப்பழம், வாழைக் காய், புலால் போன்றவைகளை சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! 32 வயதுதான் எனக்கு. 2 வருடங்களாக கழுத்தில் பிடரி பகுதியில் வலி எடுக்கிறது. உட்காரும் போதும், நிற்கும் போதும் வலிக்கிறது. எவ்வளவோ மருந்துகள் சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை! இந்த நோயிலிருந்து பூரண குணம்பெற மருந்து கூறுமாறு தங்களை வேண்டி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஆர். சண்முகநாதன், மகிழங்கோட்டை

சித்த மருத்துவத்தில் இந்த நோயை பிடரி வலி என்பார்கள். கொல்லன் உலையில் இரும்பு கிட்டம் என்ற கட்டி கட்டியாக கிடக்கும். அதில் 100 கிராம் எடுத்து இடித்து பலித்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். அந்த சூரணத்தின் அளவுக்கு 6ல் ஒரு பங்கு சுக்கு இடித்து சலித்து அதனுடன் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

அதன்படி அந்த பொடிக்கு 5 மடங்கு பனைவெல்லம் சேர்த்து அரைத்து வைத்துக் கொண்டால் லேகியம் போல் இருக்கும். அதில் கோலி அளவுக்கு காலையும் மாலையும் எடுத்து சுவைத்து சாப்பிடவும். இதனால் மலம் இருகக் கூடும். அப்படியானல் அளவை பாதியாக குறைத்து சாப்பிடவும்.

வஸ்திரகாயம் என்பது ஒரு கடினமான துணியை பாத்திரத்தில் இருகக் கட்டி அதில் பொடியை போட்டு விரலால் தேய்த்தால் பொடி கீழே இறங்கும். இதற்கு வஸ்திர காயம் என்று பெயர்.

ஐயா! எனக்கு 25 வயது ஆகின்றது. இன்னும் திருமணம் ஆகவில்லை. எனக்கு இரண்டு ஆண்டு காலமாக வேகமாக நடக்க முடியவில்லை. குனிந்து விட்டு தன்னிச்சையாக நிமிர முடியவில்லை. தொடையை அமுக்கிக் கொண்டு தான் நிமிர்கின்றேன். உட்கார்ந்து விட்டு எழுந்திருக்கும் பொழுது இரண்டு மூட்டுகளை [இரண்டு கால்களின் மூட்டு] அமுத்திக் கொண்டுதான் எழுந்திருக்க முடிகிறது. படிக்கட்டுகளில் ஏற முடியவில்லை. ஏதாவது பிடித்துக் கொண்டுதான் ஏற வேண்டியது இருக்கிறது.

உடம்பில் வலுவும், பலமும் இல்லை. ஆங்கில வைத்தியங்களை எவ்வளவோ செய்தும் எனக்கு பலன் கிடைக்கவில்லை. இதற்கு தாங்கள் ஆலோசனை கூற வேண்டும் என்று கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எம்.ரவிகுமார், தூத்துக்குடி

உடல் பலகீனத்தினால் இது உண்டாகிறது. இது ஒரு நோயல்ல. உடலை தேற்றும் மருந்துகளை சாப்பிட வேண்டும்.

பாதம் பருப்பு 7 (எண்ணிக்கையில்) கசகசா 10 கிராம், பிஸ்தா பருப்பு 10.

இம் மூன்றையும் இரவில் தண்ணீரில் ஊற வைக்கவும். காலையில் பாதம் பருப்பின் மேல் தோலை நீக்கி பருப்பையும் மற்ற இரண்டு சரக்குகளையும் அம்மியில் வைத்து பசும்பால் விட்டு அரைக்கவும். அதை எடுத்து 100 மில்லி பசும்பாலில் கலக்கி காய்ச்சி கற்கண்டு தூள் சேர்த்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் மாலை 6 மணிக்கு அதேவிதம் சாப்பிடவும். மாலைக்கு வேண்டிய பருப்பு, கசகசாவையும் காலையில் ஊற வைக்கவும். இப்படி 48 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 39. எனது இரண்டு கால் மூட்டும் சமனம் போட்டு இருக்கும் போது வலிக்கிறது. நடக்கும்போது ஒன்றுமில்லை. பல மருத்துவரிடத்தில் ஆலோசனை செய்து மருந்துகளும், மாத்திரைகளும் சாப்பிட்டு எந்த பயனும் கிடைக்கவில்லை. தாங்கள் தயவு செய்து மூட்டு வலியை தடுக்க வைத்திய ஆலோசனை கூறவும்.

- வி.பத்மனாபன், நாகர்கோவில்

வேப்ப எண்ணெய் 1/4 கிலோ வாங்கவும். எருக்கஞ் செடியை தோண்டி அதன் வேரை எடுத்துக் கொள்ளவும். வேப்பெண்ணெயை

இரும்பு வாணலியில் விட்டு சுட வைத்துக் கொண்டே எருக்கம் வேரால் அதைக் கிண்டிக் கொண்டே இருக்கவும்.

நன்றாக புகை கிளம்பியவுடன் நிறுத்தி இறக்கி வைக்கவும்.

லேசான சூட்டுடன் இந்த எண்ணெயை மூட்டுகளிலும் நன்றாக தேய்த்து 1/2 மணி நேரம் ஊறிய பிறகு சுத்தம் செய்து கொள்ளவும்.

இரவில் படுக்கும்போது தேய்த்து காலையில் சுத்தம் செய்வது நல்லது.

இப்படி செய்து வந்தால் நரம்பு பிடிப்பு நீங்கி மூட்டு வலிகள் குணமாகும்.

ஐயா! என் தந்தைக்கு வயது 55. அவருக்கு கால் மட்டியில் இருந்து கால் பாதம் வரை வலித்துக் கொண்டிருக்கிறது. அதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்பதை தெரிவிப்பீர்களா?

- வி.ராஜகோபாலன், ஆண்டலாம் பேட்டை

கை, கால் பிடிப்பு என்பது வாத நீர் சம்பந்தமான நோய். இதற்கு சுக்கு 5 கிராம், மிளகு 5 கிராம், பரங்கிப்பட்டை 5 கிராம் இந்த மூன்றில் சுக்கை வறுக்கக் கூடாது. பரங்கிப்பட்டையை ஒன்றிரண்டாக இடித்துக் கொள்ளவும். மிளகு, பரங்கிப் பட்டை இந்த இரண்டையும் தனித்தனியே லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.

சுக்கின் மேல் தோல் நீக்கி கொள்ளவும். பிறகு இம்மூன்றையும் நன்றாக இடித்து நாலு கோப்பை தண்ணீரில் போட்டு மண் சட்டியில் காய்ச்சவும். 20 கிராம் பனை வெல்லத்தை சேர்த்து காய்ச்சவும். 4 கோப்பை நீர் ஒரு கோப்பையாகச் சுண்ட வைத்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். காலை வெறும் வயிற்றில் அரை கோப்பை வீதம் சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் விடாமல் சாப்பிடவும். கால், கை முட்டி வலிகள், உடல் வலிகள் முதலியன நீங்கும். இது அனைவரும் சாப்பிடக் கூடியது. பரங்கிப்பட்டை என்னும் சரக்கு நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்!

ஐயா! எனக்கு வயது 40. அடிக்கடி இரு முழங்காலில் இருந்து பாதம் வரையிலும் கைகளில் மணிக் கட்டு விரல் ஆகிய இடங்களிலும் வலி, எரிச்சல் உண்டாகிறது. எத்தனையோ டாக்டர்களிடம் காட்டியும் பயனில்லை. ஆகவே தாங்கள் இதை குணப்படுத்த ஒரு வழி சொல்லவும்.

-கே. கண்ணன், திருச்சி - 1

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் பிஞ்சு கடுக்காய் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கவும். விளக்கெண்ணெய் விட்டு அதை லேசாக வறுக்கவும். பிறகு இடித்து பொடி செய்து கொண்டு அதன் அளவுக்கு 4

மடங்கு பனங்கற்கண்டு சேர்த்து இடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் நெல்லிக்காய் அளவுக்கு காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிடவும். இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் மலஜலம் நன்றாக பிரிந்து கை கால்களில் உண்டாகும் வலி குறையும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 40. மாதவிடாய் நின்று 4 வருடங்கள் ஆகிறது. என் உடலும் காலும் வீங்கி விடுகிறது. நீர் பிரிவதில்லை. மூட்டுக்கு மூட்டு வலி இருக்கிறது. இதனால் மிகவும் கஷ்டப்படுகிறேன். தயவு செய்து தகுந்த மருத்துவ முறை பற்றி தெரிவியுங்கள்.

கால், கை, வீக்கம் வயிறு வீக்கம் போன்றவை ரத்தக் குறைவால் ஏற்படுவதாகும். கீழ்க்கண்ட கஷாயம் சாப்பிட்டால் நீர் நன்றாக பிரியும். ரத்தம் விருத்தியாகும்.

சங்கம் வேர்ப்பட்டை, அதிமதுரம், பெருஞ்சீரகம் ஆகியவை 10 கிராம் வீதம் வாங்கிக் கொள்ளவும். மூன்று சரக்குகளையும் இடித்து தூளாக்கி சட்டியில் போட்டு ஒரு லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றி கொதிக்க வைக்கவும். தண்ணீர் கால் லிட்டராக வற்றிய பின் இறக்கி வடிகட்டி அதை காலையில் பாதி, மாலையில் பாதி தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் வீக்கம் குறைந்து சிறுநீரும் இறங்கி குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 29. திருமணமாகி விட்டது. என் வலது கால், வலது கை மூட்டில் வலி ஏற்பட்டது. இதற்கு 25 மில்லி வேப்பெண்ணெய்யில் இஞ்சி, சுக்கு, வாதுமை பட்டை, மிளகு இவைகளை இடித்து சாறு எடுத்து 20 மில்லி இரவில் சாப்பிட்டேன். ஓரளவு குணம் தெரிந்தது. பிறகு சித்த வைத்திய ஆஸ்பத்திரியில் மருந்து சாப்பிட்டேன். இன்னும் சரியாகவில்லை. தாங்கள் என்ன யோசனை கூறுகிறீர்கள்?

- பி.சுந்தரம், நெல்லை

தங்கள் கடிதத்தில் குறிப்பிட்டுள்ளபடி வேப்பெண்ணை தைலத்தை தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் உங்கள் நோய் குணமாகும். வேறு மருந்து வேண்டாம். அதையே தொடரவும்.

ஐயா! என் நண்பருக்கு வயது 40. அவருடைய இடது கையும், காலும் திடீர் என்று செயலற்று விட்டது. பல ஆஸ்பத்திரிகளில் சிகிச்சை செய்தும் இன்னும் குணமாகவில்லை. ஆனால் வலி எதுவும் இல்லை. இந்த நோயை குணப்படுத்தி என் நண்பருக்கு உதவும்படி வேண்டுகிறேன்.

- இரா.கேசவன், திருச்சி

கால், கை செயலற்றுப் போவது மூளை சம்பந்தப்பட்ட நோய். ரத்தக் கொதிப்பு அதிகமாகும் போது மூளையில் ரத்தம் வேகமாக தாக்கி, அதனால், கை, கால் செயல் இழந்து விடும். இதற்கு ரத்தம் கொதிப்பை அடக்க வேண்டும். பிறகு நரம்பு பலம் தர மருந்து சாப்பிட வேண்டும்.

பூ நாகம் என்னும் மண் புழு இதற்கு நல்ல மருந்தாகும்.

ஈரம் உள்ள இடத்தில் தோண்டிப் பார்த்தால் இந்தப் புழு தெரியும். அதை எடுத்து வந்து நீர் மோரில் போட்டால், உடம்பில் உள்ள மண்ணை கக்கி விடும். பிறகு அந்தப் புழுவை ஈரம் இல்லாமல் செய்து குழி அம்மியில் (மருந்து அரைப்பது) போட்டு, துளசிச் சாறு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி தூள் சேர்த்து அரைத்து மாத்திரைகள் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். இதில் காலையில் ஒன்று, மாலையில் ஒன்று எடுத்து தேனில் கரைத்து சாப்பிடவும்.

பூ நாகத்தின் எடை 100 கிராம் என்றால் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றின் எடை 50 கிராம் இருக்க வேண்டும். இந்த மருந்துக்கு பத்தியம் கிழங்குகள், வாழைக்காய், வாழைப்பழம் ஆகியவை சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! என் மகளுக்கு ஒரு வயது. 5 மாதங்களுக்கு முன்பு வலது கால் துவண்டு விட்டது. இதற்கு என்ன மருந்து கொடுக்கலாம் என்பதை தெரிவியுங்கள்.

- அ.க.தேவராஜ், பண்ருட்டி

மேலே குறிப்பிட்ட மருத்துவத்துடன் மண் புழு தயாரித்து தினசரி ஒரு மாத்திரை காலை மாலை தடவ குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. என் இருதயம் மிகுந்த வேகமாக துடிக்கிறது. எப்பொழுதும் இதே மாதிரி உள்ளது. இதனால் என் உடல் முழுவதும் நடுக்கம் ஏற்படுகிறது. எனவே எனக்கு பயமாக உள்ளது.

- வகாப், சென்னை

தாங்கள் ஆகாரத்தில் மிதமாக இருக்க வேண்டும். ஓட்டல்களில் கண்ட நேரங்களில் சாப்பிடக் கூடாது. எண்ணை பலகாரங்களை நீக்க வேண்டும். பயங்கர காட்சிகள் கொண்ட சினிமா பார்க்கக் கூடாது. கடைமான் கொம்பு நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் ஒரு அங்குலம் வாங்கி சந்தனக் கல்லில் சந்தனம் அரைப்பது போல் அரைத்து அதை காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவுக்கு சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும். இது இருதயத் துடிப்பை குறைக்கும், நடுக்கமும் குறையும்.பயப்படாதீர்கள்.

ஐயா! என் வயது 24. இதயம் மிகவும் பலகீனமாக உள்ளது. மூக்கினால் சரியாக சுவாசிக்க முடியவில்லை. மூக்கு அடைத்துக் கொண்டு வறட்சியாக உள்ளது. சாப்பிட்டால் நெஞ்சில் நிற்கிறது. கை கால் அசதியாக உள்ளது. எந்த வேலையும் செய்ய முடியவில்லை. நான் வேலைசெய்தால்தான் சோறு. என் உடல்நிலை இப்படி உள்ளது. இதற்கு தாங்கள் நல்ல மருந்து தெரிவிக்க வேண்டும்.

- நடராஜன், துறையூர்

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள பதிலில் உள்ள மருந்தை காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வந்தால் இருதயம் பலப்படும்.

கரிசலாங்கண்ணி செடிகளை வேருடன் பிடுங்கி வந்து தண்ணீரில் அலம்பி விட்டு நிழலில் உலர்த்தவும். பிறகு இடித்து சூரணம் செய்து கொண்டு அதற்கு ¼ல் ஒரு பங்கு சீரகம் வறுத்து இடித்து தூள் செய்து அதில் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதை மாலையில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேனில் அல்லது பாலில் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் தேறும்.

ஐயா! எனக்கு கடந்த 6 வருட குடிப் பழக்கத்தினால் அடிக்கடி மார்பு வலியும் கைகள் லேசாக உதறவும் செய்கிறது. வயது 25. தற்போது 6 மாதமாக குடிப்பதில்லை. 4 மாதத்திற்கு முன்பு கருத்தடை ஆபரேசன் செய்து கொண்டேன். தற்போது ஏதாவது பயந்தால் மார்பு வலி வருகிறது. அப்போது விட்டமின் இன்செக்ஷன்

போட்டு கொண்டால் சிறிது குறைகிறது. எப்போதும் ஏதாவது பயமாக இருக்கிறது. எனக்கு இதுக்கு தாங்கள்தான் உதவி புரிவீர்கள் என்று நம்புகிறேன். பயம்தான் அதிகம். அடுத்து இடது மார்பு வலி!

- சிவகுமார், சென்னை

குடிப் பழக்கத்தை விட்டு விட்டீர்கள். அது ஒரு பெரிய சாதனைதான். கடவுள் உங்களுக்கு நல்லாசி தருவார். உடல் தேறும். நல்லவனென்று பத்து பேர் சொல்வது ஒரு பிரம்மவாக்கு. அப்படிப்பட்டவன் கடவுளுக்கும் நல்லவன். இனி தங்கள் உடல் நலமாகி விடும். ஏனெனில் தாங்கள் கடவுளுக்கு நல்லவனாகி விட்டீர்கள். குடிகாரன் என்ற பழி இனி இல்லை.

கருப்புப்பு என்னும் கட்டி உப்பு நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் 100 கிராம் வாங்கி தூள் செய்யவும். அதில் வேலிப் பருத்தி என்னும் உத்தாமணி சாறு விட்டரைத்து கண்டக்காயளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி வெயிலில் காய வைத்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

இம்மாத்திரை காலை 6 மணிக்கு மாலை 6 மணிக்கு ஒரு மாத்திரை வெந்நீரில் சாப்பிட்டுவர மூன்று மாதங்களில் மல்புத்தம் செய்யக் கூடிய பலம் வந்துவிடும். பயப்படாதீர்கள்.

ஐயா! நான் 1970ல் மலேசியாவில் இருந்து தமிழகம் வந்து எனது உறவினர் வீட்டில் தங்கியிருந்து வேலை செய்கிறேன். தினசரி 2 மைல் நடக்க வேண்டியதிருப்பதால் அடிக்கடி சுவாசச் சிரமம் ஏற்பட்டதால் மருத்துவரிடம் பரிசோதித்தேன். எனக்கு கபரோகம் துவக்க நிலையில் இருப்பதாக கூறினார். இன்னொரு டாக்டர் பரிசோதித்துவிட்டு உடனடியாக வேலூர் அல்லது சென்னை ஆஸ்பத்திரியில் இருதயத் துறையில் சிகிச்சை பெறச் சொன்னார். அதன்படி சென்னையில் சிகிச்சை பெற்றேன். இப்போது திடீர் என்று உடல் நிலை மோசமாக உள்ளது. எனவே தங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- செ. இலக்குவணன், நகர திமுக கழக செயலாளர், அறந்தாங்கி

இருதய நோய் உள்ளவர்கள் முதலில் பயத்தை கைவிட வேண்டும். உணவை குறைத்து சாப்பிட வேண்டும். எளிதில் ஜீரணிக்கக் கூடிய உணவை சாப்பிட வேண்டும். தினசரி மலம் கழிய வேண்டியபடி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கடுக்காய், மிகவும் நல்லது. கடுக்காய் தூளை ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து இரவு படுக்கும் போது வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வந்தால் மலம் கஷ்டமின்றி

போவதோடு, இருதயமும் பலப்படும். வயிற்றில் வாயு சேராமல் இருக்க வேண்டும். கிழங்கு புலால் வகைகள் சாப்பிடக் கூடாது.

திடீர் என்று இருதய நோய் தாக்குதல் (மாரடைப்பு) வந்தால் உடனே கோழி முட்டை வெண் கரு ஒரு கோப்பை தேன் 2 கரண்டி சேர்த்து நன்றாக கலக்கி சாப்பிட்டால்உடனடியாக மாரடைப்பு குறையும்.

கண்ணுப்பிள்ளை என்ற ஒரு மூலிகை உள்ளது. இதன் கணுவுக்கு கணு வெள்ளை நிறத்தில் சிறிய பூக்கள் இருக்கும். இந்த செடிகளை சேகரித்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவுக்கு எடுத்து 2 கோப்பை தண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து தினசரி இரவு படுக்கும்போது சாப்பிடவும்.

வாரத்துக்கு இருமுறை மேற்சொன்னபடி கோழிமுட்டை வெண் கரு தேன் கலந்து சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா, எனக்கு 28 வயது ஆகிறது. திருமணம் ஆகி 2 வயது பையன் இருக்கிறான். எனக்குச் சிறிது தூரம் நடந்தால் மூச்சு வாங்குகிறது. பாரம் தூக்குவேன். ஆனால் டாக்டர் வேண்டாம் என்று சொல்லி விட்டார். என் குழந்தையை தூக்க கூட பயமாக உள்ளது. படிக்கட்டு ஏறினால் கூட மூச்சு அதிகமாக வாங்கும். டாக்டர் யோசனைப்படி வேலூர் ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சைபெற்றேன். அவர்கள் சொன்ன நோய் விளங்கவில்லை. இருதய நோய் என்று சொல்லிவிட்டார்கள். அவர்கள் சொன்ன ஊசிகளை சரியாக போடாததால் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றார்கள். அப்படியே விட்டால் திடீர் மாரடைப்பு வந்து விடும் என்கிறார்கள். இதற்கு என்னசெய்வது என்று கூறுங்கள்.

- பி.ரகுநாத சேட், திருச்சி

இருதயநோய் உள்ளவர்கள் பயப்படக் கூடாது. உணவைக் குறைத்து அதுவும் ஜீரணிக்கக் கூடிய உணவாக சாப்பிடவும். மலச் சிக்கல் இல்லாமல் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். அதற்கு கடுக்காய் தோலை இடித்து தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு தினசரி இரவில் ஒரு தேக்கரண்டி வெந்நீரில் சாப்பிடவும். மலம் நன்றாக கழிவதோ இருதயமும் பலப்படும்.

வயிற்றில் வாயு சேரக் கூடாது. கிழங்கு, புலால் வகைகள் சாப்பிடக் கூடாது. சென்ற கேள்விக்கான பதிலில் கூறியபடி செய்தால் பலன் பெறலாம்.

ஐயா, எனக்கு 6 மாதங்களுக்கு முன்பு மாரடைப்பு ஏற்பட்டு உடனே ஆஸ்பத்திரிக்கு போய் குணமடைந்தேன். என் வயது 66. இதுவரை எந்த வியாதியும் வந்ததில்லை. மாரடைப்பு

வந்ததற்கு காரணம் ரத்தத்தில் கொழுப்பு சத்து அதிகம் இருப்பது காரணம் என்கிறார்கள். இதைக் குறைக்க தமிழ் மருந்துகளை சாப்பிடலாமா?

- லெ.மா. பச்சையப்பன், சென்னை

வயது 55 என்கிறீர்கள். உடல் பெரிதாக இருக்கிறதா என்று தெரியவில்லை. பொதுவாக உடல் தடிமனாக ஸ்தூலம் உள்ளவர்களுக்கு இருக்கும். வெள்ளைப் பூண்டு அதிகமாக உபயோகித்தால் ஸ்தூல உடம்பில் கொழுப்புச் சத்து குறையும். இரவு படுக்கும்போது 2 பூண்டுபல் தோல் உரித்து கால் லிட்டர் தண்ணீர் கலந்து காய்ச்சவும். தண்ணீர் வற்றிய பிறகு பூண்டை எடுத்து மென்று தின்னவும், பாலையும் குடிக்கவும்

இப்படி தினசரி குடித்து வந்தால் கொழுப்புச் சத்து குறையும். வயிற்றில் உள்ள வாயு அதனால் ஏற்படும் மாரடைப்பு ஆகியவை நீங்கிவிடும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும்.

மாரடைப்பு ஏற்படும் போது நீர் மோர் எடுத்து அதில் பெருங்காயம் ஒரு தம்ளருக்கு 2 கண்டைக்காய் அளவு இடித்து கலந்து குடிக்கவும். உடனே மாரடைப்பு நீங்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 22 ஆகிறது. நான் பல வருடங்களாக கோடாலி பிடித்து விறகு உடைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன். இப்போது எனக்கு தும்மல், இருமல், நெஞ்சுவலி, தூங்கும்போது இருதயம் அதிர்ச்சி, தும்மும்போது நாசியிலிருந்து தண்ணீர் போன்ற சளியும், இரும்பும் போது நெஞ்சு வலியும் வருகிறது. இதற்கு பென்சிலின் ஊசி போட்டு மாத்திரையும் சாப்பிட்டு வந்தேன். குணமாகவில்லை. ஆகவே இதற்கு நீங்கள் நல்ல மருந்து தெரிவிக்க வேண்டும்.

-எஸ்.எம்.பி. முகமது, கடையநல்லூர்

நீங்கள் உங்கள் நோய்க்கு துறையூர் வாசகர் நடராஜன் கேள்வி பதிலில் கண்டபடி சூரணமும், தைலமும் உபயோகிக்கவும்.

ஐயா! எனக்கு தினமும் மூச்சு இழுக்கிறது. 5 நிமிடம் நடந்தாலும் இப்படி மூச்சு இழுக்கிறது. எனக்கு 18 வயதுதான் ஆகிறது. இதை போக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

- எஸ்.பாலாஜி, சென்னை

மூச்சு இழுப்பு நோய் இருதயம் சம்பந்தப்பட்டது. ஆகவே தாங்கள் நல்ல டாக்டரை அணுகி இருதயத்தை பரிசோதிக்கவும். இருதயம் பலகீனமாக இருப்பதாகச் சொன்னால் அவர் சொல்கிற மருந்தை சாப்பிட வேண்டாம்.

மருதமரத்தின் பட்டை வெண்மையாக இருக்கும். அதில் ஒரு ரூபாய் நாணயத்தின் எடைக்கு எடுத்துக் கொண்டு சீரகம் சேர்த்து இடித்து சட்டியில் போடவும். அதில் ஒரு கோப்பை தண்ணீர் விட்டு அரை கோப்பையாக குறையும் வரை காய்ச்சவும். பிறகு வடிகட்டி காலை, மாலை சாப்பிடவும். 2 அல்லது 3 மாதங்கள் வரை இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் இருதயம் பலப்படும். மூச்சுத் திணறல் நீங்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 22. எனக்கு 2 வருடங்களாக நெஞ்சு நரம்பு வலிக்கின்றது. அது ஒரு நிமிடம் அல்லது இரண்டு நிமிடம் வலி உயிர் நின்று விடும்போல் வலிக்கின்றது. ஆனால் நான் மிகவும் ஏழை. ஆகையால் நீங்கள் ஒரு மருந்து தெரிவித்தால் நான் அதன் பிரகாரம் சாப்பிட்டு வந்து குணம் அடைகிறேன். நான் இதுவரை வேறு மருத்துவரிடம் போகவில்லை.

- பி. ஆறுமுகம், ஒட்டன் சத்திரம்

நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும் அதிமதுரம் 20 கிராம், அக்ரகாரம் 50 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளவும். அக்ரகாரத்தை ஒன்றிரண்டாக தட்டி சட்டியிலிட்டு வறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு இந்த இரண்டையும் சேர்த்து இடித்து தூள் செய்து சன்னமாக சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இந்தப் பொடியை அரைத் தேக்கரண்டியளவு வாயிலிட்டு மென்று சாப்பிட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும். இப்படி தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிடவும். இந்த மருந்தால் நெஞ்சு வலி, இருமல், கோழை முதலியவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு சில மாதங்களாக நெஞ்சு வலி இருந்து வருகிறது. இதற்காக எவ்வளவோ பணம் செலவழித்தாகியும் குணம் அடையவில்லை. எனவே தயவு செய்து இந்த நோய்க்கு மருத்துவ ஆலோசனை தெரிவிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.

- ந.நம்பி, தச்சநல்லூர்

சீரகம் 50 கிராம், பனை வெல்லம் 250 கிராம் வாங்கவும். சீரகத்தை பொன் வறுவலாக வறுக்கவும். பிறகு அதை இடித்து சூரணம் செய்யவும். அதையும் பனை வெல்லத்தையும் சேர்த்து அரைத்தால் லேகிய பதமாக வரும். அதை பக்குவப்படுத்திக் கொண்டு, காலை மதியம், மாலை ஆகிய 3 வேளைகளும் நெல்லிக்காய் அளவு எடுத்து வாயில் போட்டு மென்று சாப்பிடவும். பனைவெல்லத்திற்குப் பதிலாக சம அளவு சீனி சேர்த்துக் கொண்டும் சாப்பிடலாம். இப்படி தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் நெஞ்சு வலி குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 58. சென்னையில் உள்ள ஒரு கம்பெனியில் வேலை செய்கிறேன். சர்க்கரை நோய் உள்ளது. இதற்காக

மருத்துவமனையில் மாத்திரை வாங்கி சாப்பிடுகிறேன். அது கட்டுப்பாட்டில் இருக்கிறது. மேலும் நான் சிறிது தூரம் நடந்து சென்றால் மார்பு இழுத்துப் பிடித்து வலிக்கிறது. அப்படியே நின்று விட வேண்டியதிருக்கிறது. நடக்கும்போது மட்டும் இப்படி இருக்கிறது. இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும்.

- ஆர்.துரைசாமி, சென்னை

இருதயம் பலவீனமாக இருக்கலாம். சர்க்கரை நோய் இருப்பதால் இப்படி வரும். கோழி முட்டையில் வெள்ளைக் கரு மட்டும் எடுத்துக் கொண்டு அதில் சுத்தமான தேன் ஒரு தேக்கரண்டி அளவுக்கு கலந்து சாப்பிடவும். வாரத்துக்கு 3 நாட்கள் இதை சாப்பிட்டு வந்தால், மூச்சுத் திணறல், நெஞ்சு அடைப்பு முதலியவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு ஒரு வருடமாக உடல்நலம் இல்லை. ஆரம்பத்தில் மயக்கம், சோர்வு ஏற்பட்டது. இதயம் படபட என்று அடிக்கும். இதனால் தூக்கமே சரியாக வருவதில்லை. பெரிய இருதய டாக்டரிடம் காட்டினேன். எக்ஸ்ரே எடுத்தார்கள். ஊசி மருந்து சாப்பிட்டும் உடல் குணமாகவில்லை. இருதயத்தில் ஒரு வால்வு சரியாக வேலை செய்யவில்லை என்று கூறுகிறார்கள். இதற்கு ஏதாவது வழி சொல்லி என் குறையைப் போக்க வேண்டும்.

- ஆர்.பி.ராமன்,குமாரபாளையம்

தங்களுடைய நோய் ஒன்றும் பெரியதல்ல, பயப்படாதீர்கள். நாட்டு மருந்துக் கடையில் மான் கொம்பு 1/2 அடி நீளம் வாங்கி கொள்ளவும். சந்தனக் கல்லில் தண்ணீர் தெளித்து இந்த மான் கொம்பை சந்தனம் அரைப்பது போல் அரைக்கவும். அரைத்ததை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். மற்றொரு மருந்து இரவில் சாப்பிடவும். அது என்னவென்றால் விளக்கெண்ணெய் 200 மில்லி எடுத்துக் கொண்டு பூண்டை தண்ணீர் தெளித்து பிழிந்த சாறு 200 மில்லி, பெருங்காயம் 5 கிராம் இதை மூன்றையும் சேர்த்து வாணலியில் இட்டு வறுத்து காய்ச்சவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் காய்ச்சி சிடுசிடுப்பு அடங்கியவுடன் கீழே இறக்கவும். ஆறிய பிறகு வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும். இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு இந்த எண்ணெய் பசும்பால் கிடைத்தால் இல்லாவிட்டால் வெந்நீர் இரண்டு அவுன்ஸ் விட்டு சாப்பிடவும். இந்த இரண்டு மருந்துகளையும் 2 மாதங்கள் சாப்பிடவும். உங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா, எனக்கு இருதயம் பலவீனமாக உள்ளது. இதனால் அடிக்கடி இருதய வலி ஏற்படுகிறது. ஆனால் எனது வயது 25

தான் ஆகிறது. இந்த வயதில் இருதய வலி வந்தது பயமாக உள்ளது. இதிலிருந்து பூரண குணம் பெற என்ன செய்ய வேண்டும்?

- ராஜு, சேலம்.

இருதயம், கல்லீரல் பித்தப்பை, நுரையீரல் ஆகியவை முக்கியமான உறுப்புகள். அதனால்தான் அவை மார்புப் பகுதியில் பத்திரமாக வைக்கப்பட்டுள்ளது. இவைகளில் எது பழுதடைந்தாலும் உயிருக்கு ஆபத்து உண்டாகும். இக் காலத்தில் மாரடைப்பினால் பலர் இறந்து போவதை நாம் கண்கூடாக காண்கிறோம். இதற்கு பல காரணங்கள் உண்டு. எதிர்பார்த்தது கிடைக்காவிடினும், பயப்படக்கூடிய சம்பவங்களில் ஈடுபடுவதாலும், அளவுக்கு மீறிய ஆகாரத்தாலும், அதிக பெண்களுடன் சேர்க்கையினாலும் இருதயம் பலவீனப்படுகிறது. இதனால் அதைச் சார்ந்த உறுப்புகளும் பலவீனப்படுகின்றன. சிலர் பந்தய விளையாட்டு களை நல்ல சூடான வெய்யிலில் நடத்துகிறார்கள். நம் நாட்டு வெப்பதட்ப நிலைகளுக்கு இந்த விளையாட்டுகள் ஒவ்வாது. வேகமாக ஓடுவதும் கூடாது. இருதயத்துக்கு படபடப்பு உண்டாக்கக் கூடிய எந்தவித விளையாட்டுகளிலோ, காரியங்களிலோ ஈடுபடுதல் கூடாது. அதற்கு மாறாக நடப்பின் ஆயுள் குறையும். மனிதனுக்கு மூச்சு போனால் உயிர் போகும். மூச்சை வீணாக்குதல் கூடாது. இருதய கோளாறு அநேகமாக புலால் உண்பவர்களுக்கும் காலத்தில் சாப்பிடாதவர்களுக்கும் உண்டாகிறது.

உடற்பயிற்சிகளில் மிக்க மேன்மை உடையது காலையில் 4, 5 மைல் நடப்பது. நடையும் சாதாரணமாக இருத்தல் வேண்டும். அதற்கு அடுத்தபடியாக நீந்துதல் நல்ல பயிற்சி. இருதய கோளாறு உள்ளவர்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சுத்தமான காற்றோட்டமுள்ள இடத்தில் நடந்தால் மறுபடியும் இருதய கோளாறு வராது. இருதயம் பலப்படும். டாக்டர்கள் இருதய கோளாறு உள்ளவர்களை நடக்காமல் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளும்படி சொல்வார்கள். இதை நம்மவர்கள் மறுபோகத்தை சீக்கிரம் அடைவர். காலை உற்சாக நடை மிக்க பயனைத் தரும்.

கனமான ஆகாரங்கள் தூக்கமின்மை முதலியவைகளை நீக்குதல் வேண்டும். சுலபமாக ஜீரணிக்கக் கூடிய கீரை, தக்காளி, புடலை, வெள்ளைப் பூசணி, காரட் முதலிய காய்கறிகளை அளவுடன் உபயோகித்தல் வேண்டும். ஐஸ் பானங்களை நீக்க வேண்டும். வயிற்றில் வாயு கூடவிடாதபடி பிரதி தினமும் மலம் சரியாக கழியும்படி கவனிக்க வேண்டும். இந்த வாயு அதிகரிக்கும் காலங்களில் நெஞ்சு எரிவு, படபடப்பு, நெஞ்சில்

குத்துதல் முதலியன உண்டாகும். பலர் ஏதோ இருதய வலி என்று பயந்து போவார்கள். இந்த பயம் அறவே கூடாது. பயம் உயிரை மாய்த்து விடும். பயப்படாதீர்கள். இருதயப் படபடப்பு, நெஞ்செரிவு முதலியவைகள் கண்டால் தைரியமாய் இருந்து கொண்டு கீழ்குறிப்பிட்ட பக்குவங்களை செய்து கொள்ளுங்கள்.

சிகிச்சை

இருதயத் துடிப்பு, இருதய வலி வந்தவுடன் செய்து கொள்ள வேண்டிய சிகிச்சை

தேன் 1 அவுன்ஸ், ஒரு முட்டையின் வெள்ளைக் கரு, பசும்பால் அல்லது தண்ணீர் 2 அவுன்ஸ் இவற்றை ஒன்றாக கலக்கி குடிக்க உடனே இருதய வலி நின்று விடும்.

கஸ்தூரி ஒரு குன்றியிடை வெற்றியிலையில் வைத்து மென்று சாப்பிட உடனே இருதயவலி நின்றுவிடும்.

மேற்சொன்ன மருந்தை இருதய வலிக்கு அதிகமாக திடீரென வந்தால் உபயோகிப்பது நல்லது. பிரதி தினமும் படுக்கும் சமயம் ஒரு கோப்பை பசும் பாலில் தேன் அரை அவுன்ஸ் அளவு கலந்து சாப்பிட வேண்டும். இருதயம் பலப்படும். ஆயுள் நீடிக்கும். உடல் வன்மை பெறும்.

காலையில் ஒரு சிறிய இஞ்சி துண்டை அரைத்து 4 அவுன்ஸ் வெந்நீரில் கலக்கி வைத்து 1/2 மணி நேரம் கழித்து தெளிவு நீரை வடித்து அதில் தேன் 1/2 அவுன்ஸ் அளவும் எலுமிச்சம் பழரசம் 1/2 அவுன்ஸ் அளவும் கலந்து பிரதி தினமும் சாப்பிடவும். இப்படி தொடர்ந்து பல மாதங்கள் சாப்பிட இருதய கோளாறு இருமுறை வந்தவர்களுக்குக் கூட அக் கோளாறு மறுபடியும் வராது. இரவில் படுக்கும் சமயம் திரிபலா (கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தானிக்காய் சூரணங்கள் சமனெடை கலந்து) ஒரு தேக்கரண்டி வெந்நீரில் சாப்பிடவும். காலையில் சுகமாக மலம் கழியும்.

தாமரைப்பூ இதழ்கள் 30 எடுத்து நசுக்கி 4 டம்ளர் தண்ணீரில் இட்டு பனங்கற்கண்டு அளவுடன் கூட்டி ஒரு டம்ளராக வற்ற வைத்து வடிகட்டி பால் சேர்த்தோ, சேர்க்காமலோ பிரதி தினமும் காலை மாலை தொடர்ந்து சில மாதங்கள் சாப்பிட்டு வர இருதயத் துடிப்பு, வலி முதலியவை நீங்கும். வருடக் கணக்கில் சாப்பிடின் இதுவே ஓர் கற்ப மருந்தாக அமையும். உலர்ந்த தாமரைப்பூ இதழ்களையும் பயன்படுத்தலாம்.

செம்பரத்தம்பூ 200 எடுத்து துண்டு துண்டாய் நறுக்கி ஒரு பீங்கான் பேசினிலிட்டு 50 எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்த சாற்றை அதில் சேர்த்து

பிசைந்து வெயிலில் வைக்கவும். மாலையில் எடுத்து பிசைய ரத்தம் போல் சாறு வரும். சர்க்கரை வேண்டிய அளவு சேர்த்து ஒரு அயச் சட்டியில் இட்டு தண்ணீர் கொஞ்சம் விட்டு அதில் மேற்கண்ட சாற்றை கலந்து காய்ச்சி சர்பத்து செய்து கொண்டு காலை மாலை 2 அவுன்ஸ் நீரில் கலந்து சாப்பிடவும். இருதயம் பலப்படும். ரத்தம் உடலில் பரவும். கல்லீரல் பலப்படும். உடல் வன்மை பெறும். சிங்கிபற்பம் இருதய கோளாறுகளுக்கு தலைசிறந்தது. நெய்யில் 4 குன்றியளவு காலை மாலை கொடுக்கவும். இரவில் திரிபலா சூரணம் கொடுக்கவும். 2, 3 மாதங்கள் கொடுத்தால் இருதய கோளாறு ஒழிந்து போவதும் அல்லாமல் இருதயம் பலப்படும்.

நான் பள்ளியில் படிக்கிறேன். வயது 16. எனக்கு 10 வயதில் இருந்தே மலம் கழிந்த பின் எரிச்சல், அரிப்பு ஏற்படும். இப்பொழுது பின்னால் ஒரு சிறு கட்டி தோன்றி இரவில் எரிச்சல், அரிப்பு ஏற்படுகிறது. தூங்க முடியவில்லை. இதற்கு தங்கள் வைத்தியத்திற்கு மிக ஆவலோடு எதிர்பார்க்கிறேன்.

- எஸ்.வி. முருகேசன், திருச்சி

16 வயதில் இவ்வித மூலக் குற்றம் வந்தது மிகவும் வருந்தத் தக்கது. இந்த வயதில் மூல எரிச்சல், அரிப்பு, கட்டி முதலியன தோன்றினால், வயது ஆக ஆக மிக வேதனை உண்டாகும்.

விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர், குப்பைமேனி சாறு ஒரு லிட்டர் இந்த இரண்டையும் அடுப்பில் வைத்து காய்ச்சி நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதில் காலை வெறும் வயிற்றில் 2 தேக்கரண்டி, இரவு படுக்கும்போது 2 தேக்கரண்டி வீதம் 2 அவுன்ஸ் பால் அல்லது தண்ணீரில் விட்டு சாப்பிடவும். பேதி அதிகமானால் அளவை ஒரு தேக்கரண்டியாக குறைத்துக் கொள்ளவும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால், பச்சை மிளகாய் சாப்பிடக் கூடாது. 6 மாதங்கள் விடாமல் சாப்பிட்டால் மூலம் அகன்று உடல் தேறும்.

ஐயா! எனக்கு மூல வியாதி வந்திருக்கிறது. மலம் கழிக்கும் பொழுதும், உட்காரும் பொழுதும் மிகவும் தொந்தரவாக உள்ளது. அதிக நேரம் உட்கார்ந்து வேலை செய்ய முடியவில்லை. 2 வருடமாக இப்படி உள்ளது. ஆபரேசன் செய்ய பயமாக இருக்கிறது. இதற்கு நீங்கள்தான் ஒரு வழிகாட்ட வேண்டும்.

- சுப்பிரமணியம், திருச்சி

ஐயா! என் மகனுக்கு 7 வயது. கடந்த ஒரு வருடமாக மலம் கழிக்கும் போது ரத்தத்துடன் போகிறது. மிகவும் பலகீனமாக இருக்கிறான். தாங்கள் தயவு செய்து நல்ல மருந்து தெரிவியுங்கள்.

- அக்பர், டெயிலர், புதுக்கோட்டை

குப்பைமேனி என்னும் மூலிகையின் இலைகள் கைப்பிடி அளவுக்கு எடுத்து அதனுடன் அரைத் தேக்கரண்டி சீரகம் சேர்த்து அம்மியில் வைத்து அரைக்கவும்.

அதை அரை தம்ளர் பசும் பாலில் கலக்கி காலை வெறும் வயிற்றில் 3 நாட்கள் குடித்தால் மூலத்தில் ரத்தம் வருவது உடன் நிற்கும். அடிக்கடி மூலத்தில் ரத்தம் வருகிறவர்கள் இதை மாதம் 2 நாட்கள் சாப்பிடலாம்.

ஐயா! என் வயது 21. கடந்த 3 மாதங்களாக உட்கார முடியாமல் ரணமாக இருக்கிறது. உள் மூலமாக இருக்கும் என்று பயப்படுகிறேன். மலச்சிக்கலும் உள்ளது. நான் மிகவும் வறுமை நிலையில் உள்ளேன். ஆகவே இதற்கு எளிய மருந்து கூறுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எம்.ஆர். மனோகரன், பழைய வண்ணாரப்பேட்டை

மேற்கூறியுள்ளபடி எஸ்.வி.முருகேசன், திருச்சி வாசகருக்குச் சொல்லியுள்ள மருந்தை தயாரித்து பயன்படுத்தவும்.

மூலம் அதிகம் வீங்கி விட்டால், சோற்றுக் கற்றாழை மடலை எடுத்து ஒரு பக்கம் மட்டும் தோலை சீவி விட்டு, மூலத்தில் வைத்து கட்டி இரவில் படுத்துக் கொள்ளவும்.நாலைந்து நாளைக்குள் வீக்கம் குறைந்து விடும்.

நாற்காலியில் உட்கார்ந்து வேலை செய்யும்போது உட்காருவதற்கு இலவம் பஞ்சு மெத்தை செய்து உபயோகிக்கவும். மூலத்தில் ரத்தம் போவது இல்லையாதலால் தாங்கள் ஒன்றும் கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

ஐயா! எனக்கு கடந்த 6 மாதமாக மலம் கழிக்கும் போது வலியும், எரிச்சலும் லேசாக ரத்தமும் வருகிறது. தினமும் தொல்லை தரும் இவ்வியாதிக்கு ஒரு மருந்து சொல்லுங்கள்.

- ஆர். தெய்வமணி, திங்களூர்

மேலே கூறியபடி செய்யவும். தினமும் இரவில் 2 தேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பால்அல்லது வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிடவும். மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். விளக்கெண்ணெ பக்குவத்தை விடாமல் சாப்பிட்டு வந்தால் மூல நோய் அற்று விடும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 17. சுமார் ஒரு வருடத்துக்கு முன்பு மலம் கழிக்கும்போது ஆசன வாயில் எரிச்சல் இருந்தது. அதைத் தொடர்ந்து அங்கு கொப்புளம் போன்று தோன்றியது. இதனால் ஏற்பட்ட வலியால் அவதிப்பட்டேன். மலத்துடன் ரத்தமும் எரிச்சலும் இருந்தது. கோவை மருத்துவமனையில் காட்டியபோது மலம் எளிதாக போக மருந்து கொடுத்தார்கள். இப்போது மீண்டும் வலிக்கிறது. ஒவ்வொரு முறை மலம் கழிக்கும் போதும் ரத்தம் போகிறது. இதற்கு தகுந்த மருத்துவ ஆலோசனை தெரிவியுங்கள்.

- பழனிச்சாமி, ஒண்டிப்புதூர்

தங்கள் பெற்றோருக்கு மூல நோய் உண்டா என்பது தெரியவில்லை. தங்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்தை பெற்றோரிடம் சொல்லி தயார் செய்து உபயோகிக்கவும்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடலில் உள்ளிருக்கும் சோறு 200 கிராம் அளவு எடுத்து ஒரு பாத்திரத்தில் போடவும். அதனுடன் ஒன்றும் பாதியுமாக இடித்த கடுக்காய் தோல் 50 கிராம் அளவு சேர்த்து 2 மணிநேரம் ஊற வைக்கவும். அதன்பின் அதை கையால் பிசைந்தால் தண்ணீர் வரும். அதில் அரை லிட்டர் விளக்கெண்ணெய் விட்டு அடுப்பேற்றி சிறு தீயில் காய்ச்சவும். தைலம் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி புட்டியில் அடைக்கவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீர் விட்டு இரவு படுக்கும்போது சாப்பிடவும். பேதி அதிகமானால் அரைதேக்கரண்டி அளவுக்குச் சாப்பிட்டு வரவும்.

ஐயா! எனக்கு உடலில் அழுக்கு தேமல் உள்ளது. அடிக்கடி ஜீரண கோளாறும் ஏற்படுகிறது. மலச்சிக்கலும் உள்ளது. ஆங்கில வைத்தியமும் பலன் தரவில்லை. உங்கள் மருத்துவ ஆலோசனையை அறிய விரும்புகிறேன்.

- ஆர்.சிவகுமார், அணைக்காடு

மலச் சிக்கலுக்கு பிஞ்சு கடுக்காய் மிகவும் நல்லது. கடுக்காய் என்று கேட்டால் பெரிய கடுக்காய் தான் கடையில் கொடுப்பார்கள். பிஞ்சு கடுக்காய் பொடியாக கருப்பாக சுருங்கி இருக்கும். இதைக் கேட்டு தேவையான அளவு வாங்கி வாணலியில் போட்டு கொஞ்சம் விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து வறுக்கவும். வறுத்து எடுத்து இடித்து தூள் செய்து கொள்ளவும். இரவு படுக்கப் போகும் போது அதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து வெந்நீரில் சாப்பிட்டால் மலச்சிக்கல் நீங்கி உடல் வலிமை பெறும்.

தேங்காய் எண்ணெயில் பூவரசன் பட்டையை தூள் செய்து போட்டு பத்து நாட்கள் நன்றாக வெயிலில் வைக்கவும். பிறகு அதை எடுத்து தேமலில் பூசி வந்தால் தேமல் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 25. கடந்த ஒரு வருடமாக உள் மூல வியாதியால் அவதிப்படுகிறேன். ரத்தம் வருவதில்லை. ஆசன வாயில் சதை அடைப்பதால் காலைக் கடன் சரிவர முடிவதில்லை. மேலும் வலியும் நாளுக்கு நாள் அதிகமாக வருகிறது. இதற்கு தக்க பதில் அளித்து உதவ வேண்டுகிறேன்.

- எம்.பாபு, திருச்சி

மூல நோய் உள்ளவர்களுக்கு சோற்றுக் கற்றாழை சோறு எடுத்து நீரில் சுத்தமாக கழுவி, பனங்கற்கண்டு சேர்த்து சாப்பிடுவது நல்லது. இதுபற்றி பல முறை கூறியிருக்கிறேன். கர்ப்பத்தில் உண்டாகும் புண்கள், ஆண்கள்

லிங்கத்தில் உண்டாகும் புண்கள், சிறுநீர் எரிச்சல் முதலியவை குணமாகும். மூலக் கடுப்புக்கும் சிறந்தது.

அதை காலை, மாலை ஒரு இரும்புக் கரண்டி அளவு எடுத்து மென்று சாப்பிடவும்.

இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் 2 அவுன்ஸ் பசும் பால் விட்டு அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடலாம். இவைகளை மாதக் கணக்கில் சாப்பிட்டாலும் குற்றமில்லை. உஷ்ணம் குறைந்து உடல் தேறும்.

ஐயா! எனக்கு 32 வயது ஆகிறது. ஒரு நாளுக்கு 4 தடவை மலம் கழிகிறது. சாப்பிட்டதும் கண்டிப்பாக போக வேண்டும். வயிறு மந்தமாகவே இருக்கிறது. சரியாக பசி எடுப்பதில்லை. இதனால் எனக்கு சுறுசுறுப்பாக வேலை செய்ய முடிவதில்லை. எனவே தயவு செய்து தாங்கள் வைத்திய முறையைக் கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- கே.வி.சாமி, வ.பாளையம், கரூர்

மிளகு 10 கிராம், நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். பேய்ப்புடல் 5 கிராம் வாங்கி இரண்டையும் இடித்து, ஒரு நாளுக்கு 3 வேளை 2 சிட்டிகை அளவு எடுத்து வாயில் போட்டு தண்ணீர் குடிக்கவும். அடிக்கடி போகும் மல வேட்கையை இது நிறுத்தும். பித்தம் தீரும். நல்ல பசி எடுக்கும். நித்திரை நன்றாக வரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 15. உடலில் உஷ்ணம் அதிகமாக இருக்கிறது. மலத்தில் ரத்தம் செல்கிறது. மூலக் கொதிப்பு உள்ளது. வயிற்றில் சிறிய பூச்சிகள் உள்ளன. உடல் மெலிந்து வறட்சியாகக் காணப்படுகிறது. சில நேரங்களில் மயக்கமாக கண்ணைச் சுற்றிக் கொண்டு வருகிறது. அஜீரணமும் ஏற்படுகிறது. இதற்கு சிறந்த மருந்து கூறுங்கள்.

- கே.முருகன், திருவாடுதுறை

மூல உஷ்ணம் உள்ளவர்கள் வெந்தயம், சோற்றுக் கற்றாழை, மோர், நெய் உபயோகிப்பது நல்லது. கத்திரிக்காய், பச்சை மிளகாய் புலால் உணவுகள் எல்லாம் உஷ்ண நோய் உள்ளவர்களுக்கு சத்ரு. வெந்தயக் கீரை, பசலைக் கீரை, மணத்தக்காளிக் கீரை குறிப்பாக துத்திக்கீரை மிகவும் நல்லது.

பாசிப் பருப்பில் பச்சைப் பருப்பு, துத்திக் கீரையை சேர்த்து சமையல் செய்து அடிக்கடி சாப்பிட்டால் மூல நோய் தீரும்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடலில் ஒரு பத்தை (மடல்) வெட்டி அதை ஆசன வாயில் கட்டிக் கொண்டு படுத்தால் வெளி மூலம் குணமாகும்.

ரத்தம் உடனே நிற்க வேண்டுமானால், ஒரு கைப்பிடி குப்பைமேனி இலையும், அரை தேக்கரண்டி சீரகத்தையும் அரைத்து பாலுடன் காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட 3 நாட்களில் ரத்தம் கொட்டுவது நின்று விடும்.

ஐயா! என் வயது 20. ஒரு வருடத்துக்கு முன்பு ஆசனவாய்க்கு அருகில் கட்டி வந்து பழுத்து உடைந்து விட்டது. அதன் பின் அதே இடத்தில் அடிக்கடி கட்டி வருவதும் உடைவதுமாக இருக்கிறது. அரிப்பும் எரிச்சலும் உள்ளது. இதற்கு தயவு செய்து மருந்து தெரிவிக்கவும்.

- ஏ.ஜியாவுதீன், திருவான்மியூர்

ஐயா! எனக்கு 4 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு தொடையில் கட்டி வந்தது. டாக்டரிடம் சென்று உடைத்து விட்டேன். புண்ணும் ஆறிவிட்டது. மீண்டும் அதே இடத்தில் கட்டி வந்தது. ஆபரேசன் செய்யப்பட்டது. அந்த கட்டியை பிஸ்ருல்லா என்றார்கள். இது எதனால் வருகிறது? மீண்டும் வராமல் இருக்க என்ன செய்யவேண்டும்?

- எஸ்.கிருஷ்ணன், கோவை

இது பிஸ்ருலா என்னும் பவுத்தர நோயாகும். ஆபரேசனால் குணமாகாது. ஆபரேசன் செய்த இடத்திலாவது அல்லது மற்ற பக்கமாவது ஓட்டை போட்டுக் கொண்டு சீழ் வடியும். இதை மருந்து மூலமாகவே குணப்படுத்த முயல வேண்டும்.

இந்தப் பகுதியில் முதல் கேள்விக்கான பதில் எஸ்.வி.முருகேசன், திருச்சி வாசகருக்கு கூறியுள்ளபடி மருந்தை பயன்படுத்தினால் நன்கு பலன் தரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 42. மூலத்தில் உள்பக்கம் ஏதோ முளை போல் உள்ளது. மலம் வரும்போது தடுப்பு உண்டாகிறது. இதனால் பல தொல்லைகளால் அவதிப்படுகிறேன். மலச்சி க்கலும் கடுப்பும் இருக்கிறது. இதற்கு நல்ல மருந்து கூறுங்கள்.

- எஸ்.சிவநேசன், ஸ்ரீவைகுண்டம்

துத்தி என்று ஒரு வகை செடி உண்டு. மஞ்சள் நிறத்தில் பூக்கும். இதில் சிறுதுத்தி, பெருந்துத்தி என்று இருவகை இருக்கிறது. எது கிடைத்தாலும் சரி செடியின் வேரை வெட்டி பட்டையை உரித்து உலர்த்தி இடித்து நன்றாக தூள் செய்யவும். அதன் அளவில் 5 மடங்கு கற்கண்டு பொடி சேர்த்து

வைத்துக் கொள்ளவும். இதை காலை மாலை அரை தேக்கரண்டி வீதம் 40 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

> **ஐயா! நான் கடந்த 10 வருட காலமாக மலச்சிக்கல் வியாதியால் அவதிப்படுகிறேன். இதற்காக ஒரு வகை சூரணம் சாப்பிட்டு வருகிறேன். சில சமயம் ரத்தக் கசிவு தோன்றுகிறது. உள் மூலமாக இருக்கும் என்ற சந்தேகமாக இருக்கிறது. எனக்கு வயது 57. இதற்கு தாங்கள் அறிவுரைகளையும் மருந்தும் தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.**
>
> **- எஸ்.எஸ்.ரத்தினம், நாகப்பட்டினம்.**

சோற்றுக் கற்றாழை மடல் எடுத்து, தோலை நீக்கிச் சோறு மட்டும் 200 கிராம், கடுக்காய் 30 கிராம் வாங்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்து சோற்றுக் கற்றாழையுடன் சேர்த்து பிசைந்தால் தண்ணீர் வரும். இதற்கு 'ஜெயநீர்' என்று பெயர்.

அந்த நீரில் ஒரு தேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் விட்டு, காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டால் நான்கு, ஐந்து தடவை பேதியாகும். இப்படி ஒருநாள் அல்லது வாரத்துக்கு 2 நாட்கள் சாப்பிட்டால் மூலத்தில் வரும் ரத்தம் நிற்கும். மற்றும் மூல நோய்கள் குணமாகும்.

ஐயா, எனக்கு வயது 19. கடந்த 2 ஆண்டுகளாக எனக்கு இருமல், மூச்சுத் திணறல், கர்முர என்று இழுக்கும் சத்தம், மூச்சு இரைப்பு, சளி உள்ளது. இதற்கு மருந்து கூறுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஆர்.மோகன், கும்மிடிப்பூண்டி

தங்கள் நோய் 'சுவாசகாசம்' ஆங்கிலத்தில் ஆஸ்துமா என்பர். தீர்க்க முடியாத நோயென்று தெரிந்தும் 'புரொஞ்சோ ஆஸ்துமா' என்று பெரிய பெயர் சொல்வர்.

இதற்கு தினமும் மாத்திரை விழுங்கச் செய்வர். ஆயுள் உள்ளவரையில் சாப்பிட வேண்டும். சில மாதங்களில் அம்மாத்திரைகளினால் உடல் அசதி, நரம்புத் தளர்ச்சி, பசியின்மை முதலிய நோய்கள் தொடரும்.

இதற்கு மருந்து:

எருக்கம் பூ மொட்டு 10 கிராம், கிராம்பு 10 கிராம், மிளகு 10 கிராம். கிராம்பு, மிளகு இரண்டையும் லேசாக வறுத்து இடித்து தூள் ஆக்கிக் கொண்டு அம்மியில் இட்டு எருக்கம் மொட்டை சேர்த்து அரைக்கவும். உதிர்வது போல் இருந்தால் கொஞ்சம் வெந்நீர் விட்டுக் கொள்ளவும்.

நன்றாக அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக்கொள்ளவும். இம் மாத்திரைகளில் காலை, மாலை, இரவு படுக்கும் போது ஒரு மாத்திரையாகப் பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிடவும். மாத்திரையை பொடி செய்து உபயோகிக்கவும்.

ஆஸ்துமா இருப்பவர்கள் பெண் உடல் உறவை மிக மிக குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஐயா! நான் சிமெண்டு தொழிற்சாலையில் வேலை செய்கிறேன். ஒரு வருடமாக நெஞ்சில் வலி இருந்து இருமல் தொல்லை தாங்க முடியவில்லை. என்னால் வேலை செய்ய முடியவில்லை. ஆங்கில வைத்தியம் பலன் தரவில்லை. நான் மிகவும் ஏழை. சித்த வைத்தியத்தில் நம்பிக்கை உள்ள எனக்கு தங்கள் மேலான ஆலோசனையை தெரிவிக்கவும். எனக்கு வயது 29. திருமணம் ஆகி 2 குழந்தைகள் இருக்கிறார்கள்.

- எம்.ராஜா, கரூர்

நீங்கள் சிமெண்டு ஆலையில் வேலை செய்யும் வரை எந்த மருந்தாலும் இது குணமாகாது. இந்த வேலையை விட்டு விட்டு வேறு வேலைக்கு முயற்சி செய்யுங்கள்.

அதுவரை கீழ்க்கண்ட முறைகளை கடைப்பிடிக்கவும்.

வேலை செய்யும்போது மூக்கிலும்,வாயிலும் சிமெண்டு தூள் போகாதபடி துணி கட்டிக் கொள்ளவும். மாலையில் துணிகளை துவைத்து விடவும். இரவில் வீட்டில் காற்றோட்டமான இடத்தில் படுத்து தூங்கவும். இரவு சாப்பாட்டுக்கு முன் உட்கார்ந்து கொண்டு வாயை குவிந்து வைத்துக் கொண்டு காற்றை உள்ளே இழுத்துப் பழகவும். இப்படி 2 நிமிடம் செய்து பழக வேண்டும்.

தேங்காய் நார் நெருப்பு வைத்து அந்தப் புகையை உள்ளுக்கு இழுக்க வேண்டும். இப்படி செய்து வந்தால் நுரையீரலில் இருக்கும் சிமெண்டு தூள் பூராவு வெளியே வரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. பியுசி படித்து வருகிறேன். எனக்கு 2 ஆண்டுகளாக ஆஸ்துமா உள்ளது. டாக்டர் மருந்து மாத்ததிரை எழுதிக் கொடுக்கிறார். சாப்பிட்டப் பின் சளி இல்லை. இளைப்பு வாங்குகிறது. மூச்சு திணறால் கஷ்டப்படுகிறேன். மாடிப் படிகளில் ஏறினால் இதயம் வேகமாக இயங்குகிறது. வேகமாக பேசினால் கூட மூச்சு அடைக்கிறது. இதற்கு தகுந்த சிகிச்சை முறையை தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ...., சென்னை-5

வில்வ இலை 7, மிளகு 11 இரண்டையும் பசும்பால் விட்டு அரைத்து ஒரு தம்ளர் பசும் பாலில் கலக்கி காய்ச்சி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் தங்கள் நோய் குணமாவதோடு இதயமும் பலப்படும். தொடர்ந்து 2 அல்லது 3 மாதம் சாப்பிட்டால் நல்லது.

ஐயா! என் மகனுக்கு 30 வயது ஆகிறது. ஆஸ்துமா வியாதி என்று 2 வருடங்களாக இருமல், மூச்சுத் திணறல், சாப்பாடு செல்லவில்லை. ரொட்டி தான் ஆகாரம், ஊசி போட்டாலும் வலி தாங்க முடியவில்லை. என் மகனை காப்பாற்ற தாங்கள் உதவ வேண்டும்.

- சுப்பிரமணியன், மண்ணைச்சநல்லூர்.

மேலே சொன்ன கேள்விக்கு கூறியுள்ள மருந்தை சாப்பிடவும்.

ஐயா, 19 வயதான நான் 7 வருடங்களாக ஆஸ்துமா வியாதியால் அவதிப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறேன். அதனால் நன்றாக படிக்க முடியவில்லை. வருமானம் குறைந்த குடும்பத்தில் இருப்பதால் சரியாக வைத்தியமும் பார்க்க முடியவில்லை. என்னை பார்க்க 12 வயது சிறுவன் போல் இருக்கிறது. என்

பிரச்சினையை உணர்ந்து எனக்கு தக்க மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- கே.ஆர். ராமராஜ், சுக்ரவாரப்பேட்டை, கோயமுத்தூர்

சிறு வயதில் தாங்கள் அனுபவிக்கும் நோயை அறிந்து வருந்துகிறேன்.

கரிசாலை என்றும் கரிசலாங்கண்ணி செடிகளை பிடுங்கி, மண் இல்லாமல் கழுவி வேருடன் உரலில் போட்டு இடித்து சாறு எடுக்கவும். அந்த சாறு ஒரு லிட்டர், நல்லெண்ணெய் அரை லிட்டர் இரண்டையும் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து சிறு தீயாக எரித்து காய்ச்சவும்.

சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை இரவு படுக்கப் போகும் போது ஆகிய வேளைகளில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து பால் அல்லது காபியில் கலந்து சாப்பிடவும்.

மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது. தொடர்ந்து இதை சாப்பிடவும். வருடக் கணக்கில் சாப்பிட்டாலும் கெடுதல் இல்லை. நல்ல பலன் தரும். சளி, கபமும் அகலும்.

ஐயா! எனக்கு ஆஸ்துமா நோய் உள்ளது. இதனால் பெரிதும் அவதிப்படுகிறேன். இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்பதை தெரிவியுங்கள். மேலும் சாப்பாடு விவரம், பெண் உறவு போன்றவை பற்றியும் தெரிவிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.

கே. டேனியல், போடிநாயக்கனூர்

ஆஸ்துமாவை நாட்டு மருத்துவத்தில் சுவாசகாசம் என்பார்கள். இதற்கு கண்டங்கத்திரி செடி சிறந்த மருந்தாகும். கண்டங்கத்திரி காட்டுப் பகுதியிலும், பொட்டல் நிலங்களிலும் படர்ந்து கிடக்கும். முள் நிறைய இருக்கும். இந்தச் செடியை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தவும்.

நன்றாக உலர்ந்த பிறகு அப்படியே உரலில் போட்டு இடித்து சலித்து 100 கிராம் அளவு பொடியுடன் பெருங்காயத்தை பொடித்து பொடி செய்து 10 கிராம் அளவு எடுத்து கலந்து புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து வாயில் போட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும். இழுப்பு அதிகமானால் இரவில் ஒன்றிரண்டு வேளை சாப்பிடவும்.

ஐயா! என் மனைவிக்கு வயது 41. கடந்த 2 வருடமாக அவளுக்கு நெஞ்சில் சளி கட்டி கொண்டு மூச்சு விடுவதற்கு சிரமப்படுகிறாள். அதாவது மாதவிடாய் வந்து குளித்து வீட்டுக்குள் வந்தவுடன் ஜலதோஷம் பிடித்துக் கொள்கிறது. பிறகு தொடர்ந்து சளிகட்டி, இருமல், இளைப்பு, மூச்சுத் திணறல்

ஆகிய தொந்தரவுகள் ஏற்படுகின்றன. உடல் வியர்த்தாலும் சளி பிடித்துக் கொள்கிறது. இதைப் போக்க வைத்தியம் கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- சி.வெங்கட்ராமன், வேலங்குடி, தஞ்சாவூர் மாவட்டம்

ஐயா! எனக்கு வயது 33. கடந்த ஒரு வருடமாக மார்பில் கொர், கொர் என்று சத்தமும் மூச்சுத் திணறலும் ஏற்படுகிறது. அதை அரசாங்க ஆஸ்பத்திரியில் காண்பித்தேன். அவர்கள் இது ஆஸ்துமா என்று கூறி ஊசியும் போட்டு மாத்திரையும் கொடுத்தார்கள். ஆனால் பூரண குணம் ஆகவில்லை. அடிக்கடி தொல்லை தருகிறது. இதற்கு தங்களுடைய வைத்திய ஆலோசனையை கூறவும்.

- ஆர்.டி. ராமன், திருக்கோளி மேடு, காஞ்சிபுரம் -21

மேலே சொன்னபடி தூள் செய்த கண்டங்கத்திரியையும், அதன் அளவில் 6-ல் ஒரு பங்கு பெருங்காயம் சேர்த்து சட்டியில் போட்டு பொரிக்கவும். அதையும் இடித்து நன்கு தூளாக்கி சூரணம் செய்யவும். பிறகு இரண்டையும் கலந்து வெறும் வயிற்றில் காலை, மாலை 2 வேளையும் 1 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து வெந்நீரில் சாப்பிடவும். அடிக்கடி ஊசி போட்டு, மாத்திரை போடுவதை விடச் சிறந்தது. இதைத் தொடர்ந்து சாப்பிடலாம்.

ஐயா! தாங்கள் உங்கள் பதில் ஒன்றில் ஆஸ்துமா நோய்க்கு வில்வ இலை மருந்தைக் கூறியிருந்தீர்கள். அதை நான் சாப்பிட விரும்புகிறேன். இந்த இலை சாப்பிடும் போது பத்தியம் கடைப்பிடிக்க வேண்டுமா? அது சம்பந்தப்பட்ட விவரத்தை தெரியப்படுத்துங்கள். நான் திருமணமானவன்.

-.........,கடையநல்லூர்

ஆஸ்துமா நோய்க்கு வில்வ இலை, துளசி இலை இரண்டும் சிறந்த மூலிகைகள். வில்வ இலைகள் 9, மிளகு 6 இரண்டையும் பசும் பால் விட்டு அரைக்கவும். அதில் ஒரு கோப்பை பசும் பால் விட்டு காய்ச்சி, பச்சைத் தண்ணீரில் குளித்து விட்டு காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வரவும்.

துளசி இலை 9 எடுத்து ஒரு கோப்பை காய்ச்சி ஆறிய தண்ணீரில் போட்டு கலக்கவும். பகல் உணவுக்கு முன் இந்த நீரை சாப்பிட்டுவிட்டு பிறகு உணவு அருந்தவும். இம்மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது. இது ஒன்றுதான் பத்தியம்.

ஐயா! எனக்கு ஆஸ்துமா உள்ளது. மருந்து சாப்பிட்டு ஊசி போட்டுக் கொண்டாலும் மறுபடியும் மார்பில் சளி பிடித்துக் கொள்கிறது. மூச்சுத் திணறலும் உள்ளது. 2 வருடங்களாக இதனால் சிரமப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன். இதில் இருந்து என்னை காப்பாற்றுவீர்களா?

- ப.சுப்பிரமணிய முதலியார், பள்ளூர்

ஆஸ்துமா நோய் பற்றி பல தடவை பதில் தரப்பட்டுள்ளது. இருப்பினும் மீண்டும் மீண்டும் பலர் கேட்கிறார்கள்.

நஞ்சாரப் பாஞ்சான் என்ற செடி உள்ளது. இதில் 6 இலைகளுடன் 9 மிளகுகள் சேர்த்து பசும் பால் விட்டு அரைக்கவும். அதை ஒரு தம்ளர் பாலில் கலக்கி சுட வைத்து காலையில் சாப்பிடவும். 20 நாட்கள் இப்படி சாப்பிட்டால் நோய்குணமாகும். இந்த இலை கிடைக்காவிட்டால், துளசி இலைகள் ஒரு கைப்பிடி, 10 மிளகைச் சேர்த்து அரைத்து பட்டாணி அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். அதில் தினசரி 3 வேளைகளிலும் ஒவ்வொன்று வீதம் சாப்பிட வேண்டும். புலால் வகைகள், கிழங்கு வகைகள், வாழைப்பழம் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! என் தாயாருக்கு வயது 40. சிறு வயதில் இருந்தே ஆஸ்துமா உள்ளது. மருந்து, மாத்திரை சாப்பிட்டும் பயன் இல்லை. அதற்கு உங்கள் வைத்திய முறையை தெரிவியுங்கள்.

- கே.எம். தாஜுன்னிசா, திருநெல்வேலி ஜங்சன்.

எருக்கலம் மொட்டு, லேசாக வறுத்த கிராம்பு, லேசாக வறுத்த அரிசி, திப்பிலி, இந்த மூன்றும் வகைக்கு 20 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். எருக்கல மொட்டை உலர்த்திக் கொள்ளவும். பிறகு எல்லாவற்றையும் சேர்த்து இடித்து தூள் செய்யவும்.

அந்தத் தூளில் கொஞ்சம் தேன் விட்டு பிசைந்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை சுண்டக்காய் அளவு சாப்பிடவும்.

இப்படித் தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் ஆஸ்துமா தொல்லை நீங்கும். புலால் வகைகள், எண்ணை பலகாரங்கள் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 49. சிறு வயதில் என் முதுகில் அடிபட்டு 60 நாட்கள் மூச்சுத் திணறல் ஏற்பட்டது. மருந்து சாப்பிட்டு 40 வயது வரை தொந்தரவு இல்லை. அதன் பின் 9 வருடங்களாக மூச்சுத் திணறலும் கபமும் வருகிறது. ஆஸ்துமா என்று 1000 ஊசி களுக்கு மேல் போட்டாகி விட்டது. நீங்கள் ஒரு வாசகருக்கு எழுதிய பதில் ஒன்றைப் பார்த்தேன். எனக்கும் அதுபோல்தான் மூச்சுத் திணறல் ஏற்படுகிறது. தினமும் காலையில் எழுந்ததும் ஊசி போட்டு மாத்திரை சாப்பிட்டால்தான் 2 மணி நேரம் கழித்து கபம் வெளியேறுகிறது. அதன் பின்தான் வெளியே நடக்க முடியும். பேச முடியும். எனவே இது ஆஸ்துமா இல்லை என்றும், நுரையீரல் பாதிப்பு என்றும் நம்புகிறேன். இதற்கு தங்கள் வைத்திய உதவியை நாடுகிறேன்.

- எஸ். சுந்தரம், கடம்பத்தூர்

தங்களுக்கு உள்ள மூச்சுத் திணறல் ஆஸ்துமா என்றுதான் தோன்றுகிறது. ஆகாரத்தில் பக்குவம் வேண்டும். எளிதில் ஜீரணிக்கக் கூடியதாக இருக்க வேண்டும். இரவில் சீக்கிரம் சாப்பிட வேண்டும். கூட்டம் இருக்கும் இடத்தில் இருக்கக் கூடாது. உதாரணமாக சினிமா கொட்டகையில் இருந்தால் மூச்சுத் திணறல் வரும். ஏனெனில் அங்கு பிராண வாயு குறைவு.

மிளகாய் இலை 10 கிராம், நொச்சிக் கொழுந்து 10 கிராம், வெற்றிலை 10 கிராம், மிளகு 5 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். இவற்றை சேர்த்து நன்றாக அரைத்து சுண்டக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒன்று வீதம் காலை மாலை 6 மணி, இரவு படுக்கும் போது ஆகிய நேரங்களில் வெந்நீரில் சாப்பிடவும்.

ஐயா! என் வயது 22. எனக்கு 2 வருடங்களாக மூக்கில் நீர் வடிந்து கொண்டுள்ளது. படிக்க முடியவில்லை. வேலை செய்ய முடியவில்லை. இருமல் அதிகமாக உள்ளது. திருமணமாகி குழந்தையும் உள்ளது. எனது நோயை தீர்க்க உதவி செய்யுங்கள்.

- சக்கரவர்த்தி, சென்னை-21

மேலே சொன்ன கேள்விக்கான பதிலில் உள்ள மருந்தை தயார் செய்து உபயோகிக்கவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. மழைக் காலம் வந்தால் மூச்சு இழுப்பு, இருமல் வருகிறது. 2 வருடங்களாக இப்படி உள்ளது. எவ்வளவோ பணம் செலவழித்தும் குணம் ஆகவில்லை. என் வாழ்வு மலர தங்கள் பதிலை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- என்.ஆர். ராதாகிருஷ்ணன், திருவொற்றியூர்

காச நோய்களில் பல வகை உண்டு. ஆஸ்துமா நோய் என்பதை சித்த வைத்தியத்தில் மந்தாரகாசம் என்பர். உங்கள் நோயின் அறிகுறிகளை நீங்கள் குறிப்பிடவில்லை. அநேகமாக தங்களுக்கு ஆஸ்துமா என்னும் மந்தாரகாசமாக இருக்கலாம் என்று கருதுகிறேன்.

எதுவாக இருந்தாலும் கீழ்க்கண்ட மருந்தை சாப்பிட்டு வந்தால் பல வகையான காச நோய்கள் குணமாகும்.

மிளகு, திப்பிலி, எருக்கம் பூவின் மொட்டுகள் ஆகிய மூன்றும் தலா 50 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். மிளகு, திப்பிலி, இரண்டையும் லேசாக வறுத்து இடித்து சலித்துக் கொள்ளவும். எருக்கம்பூ மொட்டுக்களை உலர்த்தி தனியாக இடித்து சூரணமாக்கவும். பிறகு இரு வகையான சூரணத்தையும் சுத்தமான தேன் விட்டு கலந்து பிசைந்தால் லேகியமாக வரும்.

அந்த லேகியத்தை பத்திரப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டு காலையில் ஒரு கொட்டைப் பாக்கு அளவு மென்று சாப்பிட்டு விட்டு பசும்பால் காய்ச்சி சர்க்கரை சேர்த்து சாப்பிடவும்.

அதுபோல் மாலை 5 மணிக்கும் அந்த லேகியத்தை மென்று பால் சாப்பிடவும். 40 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் ஆஸ்துமா, சயரோகம் (டி.பி.) போன்ற நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் குணமாகும்.

மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் முட்டை தவிர மற்ற புலால் வகைகளை சாப்பிடக் கூடாது. இந்த மருந்தை நுரையீரல் நோய் உள்ளவர்கள் அனைவரும் குறித்து வைத்துக் கொண்டு பயன்படுத்துவது நல்லது.

ஐயா! எனக்கு வயது 15. இந்த வயதில் எனக்கு காசநோய் உள்ளது. நான் கல்லூரியில் படித்து வருகிறேன். விளையாட்டுகளில் கலந்து கொண்டால் இருமல் அதிகமாகிறது. என் நோய் தீர தாங்கள் நல்ல மருந்து கூறுங்கள்.

- ரவிச்சந்தர், ஸ்ரீவைகுண்டம்

காசநோயில் 96 வகை உண்டு. தாங்கள் காசநோயால் அவதிப்படுவதாக எழுதி இருக்கிறீர்கள். எந்த வகை காசநோய் என்று தெரியவில்லை. இருமல் வருவதாகக் கூறி இருக்கிறீர்கள். மற்ற நேரங்களில் இருமல் உண்டா என்பது தெரியவில்லை. எனவே நோய் பற்றி விவரம் எழுத வேண்டும். இருப்பினும் கீழ்க்கண்ட மருந்து தயார் செய்து தாங்கள் சாப்பிடலாம்.

அரிசி திப்பிலி என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கி சுத்தம் செய்து, ஒரு சட்டியில் போட்டு லேசாக வறுக்கவும். அது ஒடியும் பக்குவத்தில் இறக்கி நன்றாக இடித்து சலித்து சூரணமாக புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு வீதம் காலை, மாலை எடுத்து தேனில் குழப்பி சாப்பிடவும். இந்த மருந்தினால் பலவித காசநோய்கள் குணமாகும்.

ஐயா! எனது மருமகளுக்கு பிரைமரி காம்ப்ளக்ஸ் உள்ளது. ஏற்கனவே 30 ஊசிகள் போட்டும் இப்போது மறுபடியும் வந்து

இருக்கிறது. மீண்டும் 30 ஊசிகள் போடுகிறோம். பிரைமரி காம்பளக்ஸ் என்றால் என்ன? அதற்கு மருந்து என்ன என்பதை தெரிவியுங்கள்.

- தே.சுகுமாரன், மானாமதுரை

பிரைமரி காம்ப்ளகஸ் என்பது வார்த்தை பெரியதே தவிர, நோய் பெரிதல்ல. சாதாரணமாக குழந்தைகளுக்கு சளி, இருமல் முதலியவை வருவதுண்டு. கர்புர் என்று இழுக்கும்.

இதற்கு டாக்டரை கேட்டால் எக்ஸ்ரே எடுத்து பிரைமரி காம்ப்ளெக்ஸ் என்று 30 அல்லது 40 ஊசிகள் போட வேண்டும் என்பார்.

கபம் குழந்தைகளுக்கு அடைத்துக் கொண்டிருந்தால் குப்பைமேனி இலை ஒரு கைப்பிடி அளவு எடுத்து உப்பு 2 சிட்டிகை சேர்த்து இடித்து சாறு பிழியவும். அதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு உள்ளுக்கு கொடுத்தால் குழந்தை உடனே வாந்தி எடுக்கும். வாந்தியோடு முக்கால் பங்கு கபம் பனை நுங்கு போல் வெளியே வந்து விழும்.

குப்பைமேனி செடியை வேருடன் பிடுங்கி கழுவி நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். அதை இடித்து சன்னமாக தூள் செய்து 50 கிராம் அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். கிராம்பு 5 கிராம், மிளகு 5 கிராம் லேசாக வறுத்து பொடி செய்து மூன்றையும் கலந்து புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இந்தப் பொடியில் 2 சிட்டிகை எடுத்து தேன் விட்டு குழப்பி காலை, மாலை கொடுத்தால் கபம் போய்விடும். ஊசிகள் போட வேண்டியதில்லை.

ஐயா என் மகளுக்கு வயது 4. கடந்த வருடம் அவளுக்கு பிரைமரி காம்பளக்ஸ் இருப்பதைக் கண்டுபிடித்து 45 ஊசிகள் போடப்பட்டது. பிறகு மாத்திரைகள் 6 மாதமாக கொடுத்தும் இன்னும் சளி பிடிக்கிறது. இருமலும் உள்ளது. என் குழந்தைக்கு இருக்கும் இந்த நோயை சீக்கிரம் குணப்படுத்த நல்ல மருந்துகளை தெரிவிக்க கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஏ.பிரபாகரன், சென்னை

பிரைமரி காம்ப்ளக்ஸ் என்பது குழந்தைகளுக்கு வரும் பெரிய நோய் அல்ல. சளி, இருமல் குழந்தைகளுக்கு சாதாரணமாக வருவது உண்டு. சளி, இருமலுக்கான டிரப்டோமைசின் ஊசிகளைப் போடுவதால் குழந்தைகள் மிகவும் பலவீனம் அடைந்து, உடலில் உள்ள சத்துப் பொருட்கள் வெளியேறி வரும். ஆகவே இதற்கு மறுபடியும் மாத்திரை ஊசி உபயோகிக்க வேண்டாம்.

வேப்ப எண்ணெய் அரை லிட்டர், கழுதை சாணத்தைப் பிழிந்து எடுத்த சாறு அரை லிட்டர், சித்தரத்தை 10 கிராம் (வறுத்து பொடி செய்தது), கக்கு (இடித்து தூள் செய்தது) 10 கிராம் இவைகளை இரும்பு வாணலியில் போட்டு, அடுப்பு எரிக்கவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் தைல பதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அதை காலை, மாலை அரை தேக்கரண்டி வீதம் 2 அவுன்ஸ் பாலில் விட்டு கொடுத்து வந்தால் சளி, இருமல், மாந்தம் முதலியவை குணமாகும். உடலும் தேறும்.

ஐயா! என் பையனுக்கு 1½ வயதாகிறது. அவன் பிறந்த 3 மாதம் முதல் தொடர்ந்து நெஞ்சில் சளி இருந்து கொண்டே இருக்கிறது. அடிக்கடி ஜுரமும் வருகிறது. ஜுரம் வரும் பொது விலாவில் பள்ளம் விழுந்து திணறல் ஏற்படுகிறது. கணை நோய் என்று டாக்டர் கூறியதால் கணை எண்ணெய் போட்டு வருகிறோம். நெஞ்சில் சளி, கபம் நீங்க தங்கள் ஆலோசனையை பெற விரும்புகிறேன்.

- டி.கோபால், மயூரம்

தங்கள் குழந்தைக்கு உள்ள நோய் கணை என்பதாகும். இதை ஆங்கிலத்தில் பிரைமரி காம்பளக்ஸ் என்று கூறி நாற்பது, ஐம்பது ஊசிகள் போடுவார்கள். இதனால் குழந்தைகளின் பலம் குன்றி வளர்ச்சி குறையும். வேப்ப எண்ணை இருந்தால் எவ்வித கணை நோயும் விரட்டி விடலாம்.

வேப்ப எண்ணெய் 200 மில்லி, வெள்ளைப் பூண்டு தண்ணீர் தெளித்து இடித்த சாறு 200 மில்லி, பெருங்காயம் (தூள் செய்தது) 10 கிராம் இவற்றை கலந்து காய்ச்சவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவம் வந்ததும் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை ஒரு வயது குழந்தைக்கு 5 முதல் 10 சொட்டுகள் காலை மாலை 2 அவுன்ஸ் பசும் பாலில் விட்டுக் கொடுக்கவும்.

2 முதல் 6 வயது குழந்தைக்கு 10 முதல் 15 சொட்டுகள் கொடுக்கலாம். 2 மாதக் குழந்தையாக இருந்தாலும் இதைக் கொடுத்தால் ஒன்றும் ஆகாது.

மருந்து அளவு வருமாறு: 2 மாத குழந்தைக்கு 1 சொட்டு, 3 மாத குழந்தைக்கு 2 சொட்டு, 5 மாதக் குழந்தைக்கு 8 சொட்டு.

இந்த அளவில் கொடுத்து வந்தால் மாந்தம், கணை மாந்தம், ஜுர மாந்தம் முதலிய நோய் வராது. சாதாரண ஜுரம் வந்தாலும் இதை கொடுத்தால் நின்று விடும். சொட்டுகள் அதிகமானாலும் குறைந்தாலும் எவ்வித குற்றமும் இல்லை.

ஐயா! எனது மூக்கு உள்ளே 2 வருடமாக சதை வளர்ச்சி ஏற்பட்டு, மூச்சுவிட முடிவதில்லை. வாய் வழியாகவே மூச்சு விட முடிகிறது. இதற்கு தக்க மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஆ.கிருஷ்ணன், கீழப்பாவூர், திருநெல்வேலி மாவட்டம்

'மாசிக்காய்' என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 4 காய்கள் வாங்கி இடித்து சன்னமாக சலித்து வைத்துக் கொண்டு மூக்குப் பொடி போல் அடிக்கடி போட்டுக் கொள்ளவும்.

நல்லெண்ணெய் 200 கிராம், கற்பூரம் 2 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளவும். நல்லெண்ணெயை காய்ச்சி புகை வரும்போது இறக்கி கற்பூரத்தை பொடி செய்து போட்டு மூடி வைக்கவும். ஆறிய பின் அதை நான்கைந்து சொட்டு வீதம் மூக்கில் தினசரி விட்டு வந்தால் கட்டி கரைந்து விடும்.

ஐயா! எனக்கு எப்பொழுதும் தலைவலியுடன் கூடிய தலைபாரம் இருக்கிறது. மூக்கின் இரு பக்கங்களிலும் நீர் கோர்த்து இருப்பது போல் தெரிகிறது. மூக்கில் சளி வந்து கொண்டே இருக்கிறது. இரண்டு தடவை பஞ்சர் பண்ணியும் இந்த தொந்தரவு கொஞ்சம் கூட குறையவில்லை. இதைப் போக்க தங்கள் ஆலோசனை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- எஸ்.மாணிக்கம், திருப்பரங்குன்றம்

மூக்கு அடைப்பு, நீர் வடிதல், மூக்கின் இரு பக்கங்களிலும் நீர் கோர்த்து இருப்பது இவைகள் எல்லாம் பீனிச வியாதி சம்பந்தப்பட்டது. இதற்கு பஞ்சர் செய்வது கெடுதியை உண்டாக்குமே தவிர நன்மை இல்லை. இரு முறை பஞ்சர் செய்ததாகக் கூறுகிறீர்கள். மூன்றாவது முறை டாக்டரை கேட்டால், மூக்கில் வெளிச்சத்தை செலுத்தி பார்த்து விட்டு மூக்கில் எலும்பு வளைந்து இருக்கிறது. ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்பார்.

ஆனால் அதன் பின்னரும் "உள்ளதும் போச்சு நொள்ளக் கண்ணா" என்பது போல் தும்மல், நெஞ்சில் கர் கர் என்று இழுப்பது தொடரும். ஆகவே பீனிச நோய் உள்ளவர்கள் பஞ்சர் செய்வது தவறான மருத்துவம்.

வில்வ இலைகள் 7, மிளகு எண்ணி 11 இந்த இரண்டையும் பசும்பால் அல்லது தண்ணீர் விட்டு அரைத்து 150 மில்லி விட்டர் நல்லெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும்.

அதை வாரம் இருமுறை காலை வெறும் வயிற்றில் தலையில் தேய்த்து அரை மணி நேரம் கழித்து வெந்நீரில் குளிக்கவும். குளித்தவுடன் ரசம் சாதம் சாப்பிடவும். மோர் சாப்பிடக் கூடாது. பகலில் தூங்கக் கூடாது. இப்படி இரண்டு மூன்று மாதங்கள் செய்தால் பீனிச நோய் அடங்கும்.

ஐயா! எனக்கு 29 வயது ஆகிறது. திருமணம் ஆகி 3 குழந்தைகள் உண்டு. எங்கள் வீட்டில் எல்லோரும் இருமலும், சளியும் தீராத நோயாக உள்ளது. முதல் பையனுக்கு [4 வயது] 2 வருடத்துக்கு மேலாக இருமலும், சளியும் இருந்தது. டாக்டரிடம் காட்டி சோதித்து பிரைமரி காம்ப்ளக்ஸ் என்று சொல்லி 80 ஊசிகள் போட்டோம். ஒரு வருடத்துக்கு மேல் தொடர்ந்து மாத்திரையும் சாப்பிடுகிறான். இன்னும் குணமாகவில்லை.

இரண்டாவது பையனுக்கும் [2½ வயது] அதுபோல் பிரைமரி காம்பளக்ஸ் என்று 60 ஊசிகளுக்கும் மேல் போட்டு மாத்திரை சாப்பிட்டு வருகிறான். 3வது 7 மாத பெண் குழந்தைக்கும் என் மனைவிக்கும் இருமலும் சளியும் உள்ளது. எனவே இதைக் குணப்படுத்தி எனக்கு மன நிம்மதி அளிக்க மருந்து கூறுங்கள்.

- ஜி.எஸ். ராஜன், சென்னை-51

சளி இருமலுக்காக குழந்தைக்கு 80 ஊசிகள் போட்டால் அது எப்படி உருப்படியாக இருக்க முடியுமா? ஊசி மருந்து வேகம் குழந்தை உடலில் உள்ள சத்துப் பொருட்களை சாப்பிட்டு விடும். பிறகு உடல் மெலிந்து சளி இருமல் மாத்திரமல்ல, பல நோய்கள் வரும்.

கீழ்க்கண்ட மருந்தை காலை, மாலை தேனில் கலந்து கொடுக்கவும்.

சித்திரத்தை, கடுக்காய் தோல், வால் மிளகு, ஜாதிக்காய், கிராம்பு ஆகியவைகளை சம அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். அவற்றை லேசாக வறுத்து இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இதை அரை தேக்கரண்டி அளவுக்கு தினசரி காலை, மாலை தேனில் குழப்பி கொடுத்து வந்தால் ஊசி மருந்தின் வேகம் குறைந்து சளி, கொஞ்சம் கொஞ்சமாக குறையும். 48 நாட்களாகவது கொடுக்க வேண்டும். ஒன்றிரண்டு நாட்கள் மட்டும் கொடுத்தால் போதாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 37. சில நாட்களாக தொடர்ந்து மூச்சு விடுவதில் சற்று சிரமமும், லேசான நெஞ்சு வலியும் இருந்தது. எதேச்சையாக ஒருநாள் காட்டுத் துளசி விதைகளை கொஞ்சம் வாயில் போட்டு தண்ணீர் குடித்ததில் இருந்து அந்த தொந்தரவுகள் அடியோடு நீங்கிவிட்டன. மேற்படி விதைகளை அடிக்கடி சாப்பிடலாமா?

- தஞ்சை தர்மராசன், தஞ்சை

காட்டுத் துளசி விதைகளை அடிக்கடி சாப்பிடுவதால் ஒருவித உபாதையும் உண்டாகாது. அது கிடைக்காவிட்டால் சாதாரண துளசி விதைகளையும் கசாயம் போட்டு சாப்பிடலாம். இதனால் ஆஸ்துமா,

அடிக்கடி சளி, குழந்தைகளுக்கு வரும் பிரைமரி காம்பளக்ஸ் என்ற இருமல் நோய் முதலியவைகள் குணமாகும். தங்கள் அனுபவத்தை பலருக்கும் தெரிவியுங்கள்.

ஐயா! என்னுடைய வயது 32. ஒரு வருடமாக எனக்கு தும்மல், மார்சளி பிடித்துக் கொள்கிறது. சில நேரங்களில் தும்மல் வருகிறது. இதை டாக்டர்கள் இசுனோபீலியா என்கிறார்கள். அலர்ஜி டெஸ்டும் செய்தார்கள். ஊசி, மாத்திரைகள் அநேகம். என்னென்ன சாப்பிடக் கூடாது என்பதை ஒரு பட்டியல் அலர்ஜி டெஸ்ட் செய்த டாக்டர் எழுதிக் கொடுத்திருக்கிறார். அதில் எல்லா காய்கறிகளும் அடங்கி விட்டன. நான் எதை சாப்பிடுவதென்று தெரியவில்லை. கால்களில் கருப்பாக படைகள் உள்ளன. அரிப்பு ஒரு பக்கம் என்னை வாட்டுகிறது.

- ரகுநாதன், செங்கல்பட்டு

முதலில் நீங்கள் அருகம்புல் கஷாயம் 20 நாட்களுக்கு காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடுங்கள். ஊசி, விஷ மாத்திரைகளின் வேக்காடு உடம்பிலிருந்து அகலட்டும். அருகம்புல் ஒரு கைப்பிடி, மிளகு 10 இவ்விரண்டையும் இடித்து 2 டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பேற்றி 1/2 டம்ளராக வடிகட்டிக் கொண்டு மேற்சொன்னபடி சாப்பிடுங்கள். அதன் பின் மேற்கொண்ட இரண்டு சரக்குகளுடன் வெற்றிலை மூன்று சேர்த்து கஷாயம் செய்து காலை மாலை 48 நாட்கள் வரை சாப்பிடவும். ஆஸ்துமா நோயுள்ளவர்களும் இதை சாப்பிடலாம்.

ஐயா! என் மகளுக்கு 4 வயது. அடிக்கடி சளி பிடித்துக் கொண்டு இருமல் வருகிறது. டாக்டரிடம் காண்பித்ததில் இருதயத்தில் ஓட்டை இருப்பதாக சொல்கிறார். எங்களுக்கு மனக் குழப்பமாக உள்ளது. தயவு செய்து இதற்கு தகுந்த ஆலோசனையைக் கூறவும்.

- கே.பி.தம்பி, கோவை

தங்கள் மகளுக்கு தொண்டையில் சதை வளர்ந்து இருக்கக் கூடும். அப்படி இருந்தால் அடிக்கடி சளி, இருமல், ஜுரம் வரக் கூடும். உடல் வளர்ச்சி இருக்காது. அனுபவம் உள்ள வைத்தியரிடம் காட்டி அதை தெரிந்து கொள்ளவும்.

இருதயத்தில் ஓட்டை இருப்பதாகச் சொல்வது தவறு. அப்படி இருந்தால் ரத்த வாந்தி வரும். ஆகவே நீங்கள் பயப்பட வேண்டாம்.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஜாதிக்காய், ஜாதி பத்திரி, வால் மிளகு, கடுக்காய் தோல் இவைகளை தலா 5 கிராம் வீதம் வாங்கவும். இதில் சுக்கு தவிர

மற்றவைகளை லேசாக வறுத்து பிறகு எல்லாவற்றையும் சேர்த்து இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேன் விட்டு குழப்பி காலையிலும், மாலையிலும் உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். சளை வெளிச்சி இருந்தால் குணமாகும். சளி, இருமல் குணமடையும்.

ஐயா! நான் கடந்த 6 மாத காலமாக நோய் வாய்ப்பட்டு மிகவும் பலவீனம் அடைந்துள்ளேன். எனக்கு நெஞ்சு அடைப்பு மூச்சுத் திணறல், சிரயான வாய்வு பிரிவதில்லை. சரியாக ஏப்பம் வருவதில்லை. மலச்சிக்கலும் இருக்கிறது. என்ன சாப்பிட்டாலும் உடல் பலவீனமாகத்தான் இருக்கிறது.

ஆங்கில மருந்துகள் மாத்திரை சாப்பிடும் எந்த பயனும் இல்லை டாக்டர்கள் வயிற்றில் புண் அல்சர் என்றும், நெஞ்சு வலிக்கு உணவுக் குழாயில் புண் இருக்கிறது என்றும் சொல்கிறார்கள் இருதய நோய் என்றும் சொல்கிறார்கள். 6 மாதமாக மிகவும் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டு இருக்கிறேன். தங்கள் அறிவுரைப்படி நாட்டு மருந்து சாப்பிட்டு குணமாக விரும்புகிறேன்.

- எம்.கே.சுந்தரம், கீ.வா.பட்டி

தங்களுக்குள்ள நோய் வாசகாரம் சம்பந்தப்பட்டதாக இருக்கக் கூடும். இதற்குக் கீழ்க்கண்ட மருந்தைச் செய்து வைத்துக் கொண்டு தினமும் காலை மாலை இரவு படுக்கும் போது ஒரு மாத்திரை தினமும் சாப்பிட்டு வரவும்.

நொச்சிக் கொழுந்து 20 கிராம், துளசி இலை 20 கிராம், செருப்படை ரேகரை 20 கிராம், வறுத்து இடித்து சூரணம் செய்த கிராம்பு தூள் 5 கிராம், மிளகு தூள் 5 கிராம், இவைகளை வெற்றிலை சாறுவிட்டு அரைத்து சுண்டைக் காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். மேற்சொன்ன முறைப்படி இதை சாப்பிட்டு வந்தால் குணமாகும்.

ஐயா, என் குழந்தைக்கு பிறந்த 10 நாட்களிலேயே தாய்ப்பால் இல்லாமல் அமுல் கொடுத்து வருகிறோம். 2 மாதங்களாக குழந்தைக்கு சளி பிடித்துக் கொண்டு மிகவும் கஷ்டப்படுகிறது. டாக்டரிடம் காட்டினோம். 5 ஊசிகளை போட்டார். ஆனாலும் சளி குறையவில்லை. கொர்கொர் என்று சத்தம் வருகிறது. தூங்கும் பொழுது இந்த சத்தம் அதிகமாக உள்ளது. தயவு செய்து இதற்கு நல்ல மருந்தாகக் கூறுங்கள்.

- பி.ஜமுனாராணி, சைதாப்பேட்டை

குழந்தைகளுக்கு அடிக்கடி சளி பிடிப்பது சகஜம். தாய்ப்பால் கொடுக்கும் தாய்மார் பச்சைத் தண்ணீர் குடிக்கக் கூடாது. காய்ச்சி ஆறிய நீரோ, சூடாகவோ சாப்பிட வேண்டும். குழந்தைக்கு சளி பிடித்திருக்கும் நேரத்தில் மோர் சாப்பிடக் கூடாது.

தாய்ப்பால் கொடுக்கும் தாய்மார், உடலுறவு கொள்ள நேர்ந்தால், முடிந்தவுடன் குழந்தைக்கு பால் கொடுக்கக் கூடாது. கொஞ்சம் பாலை சுரந்து கீழே 'ஊற்றி விட்டு அதன் பிறகுதான் பால் கொடுக்க வேண்டும்.

அடிக்கடி சளி பிடிக்கும் குழந்தைக்கு துளசி தண்ணீர் கொடுத்தாலே சளி வராது.

காய்ச்சி ஆறிய தண்ணீர் ஒன்று அல்லது இரண்டு அவுன்ஸ் ஒரு சொம்பில் விட்டு 3 துளசி இலைகளை அதனுள் போட்டு இரவில் மூடி வைக்கவும். காலையில் எழுந்த உடன் அந்த தண்ணீரை மாத்திரம் குழந்தைக்கு கொடுக்கவும். இப்படி தொடர்ந்து மாதக் கணக்கில் கொடுக்கலாம். 'பிரைமரி காம்ப்ளக்ஸ்' என்று கூறப்படும் நோய்க்கு இது மிகவும் நல்லது.

திப்பிலியை வறுத்து பொடி செய்து வயதுக்கு தக்கவாறு குன்றுமணி, பட்டாணி அளவுக்கு எடுத்து தேன் விட்டு குழப்பி தண்ணீர் விட்டு கலக்கி உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம். இது ஜுரத்தை நிறுத்தும். கபத்தையும் அறுக்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. அடிக்கடி தொண்டையில் சளி பிடித்துக் கொள்கிறது. ஆங்கில வைத்தியம் பார்த்தும் சரியில்லை. எனவே சளி நீங்குவதற்கு தகுந்த வைத்தியத்தை தாங்கள் சொல்லவும்.

- மு.ரவி, காஞ்சிபுரம்

நாட்டு மருந்துக் கடையில் கிடைக்கும் சித்தரத்தை 20 கிராம், தாளிசபத்திரி 25 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளவும். சித்தரத்தையை ஒன்றிரண்டாக இடித்து வாசனை கிளம்ப வறுக்கவும். பிறகு இரண்டையும் சேர்த்து இடித்து தூளாக்கி ஜலித்துக் கொள்ளவும். அதனுடன் பனை வெல்லம் 250 கிராம் சேர்த்து லேகியமாக செய்து கொண்டு காலை, மாலை, ஒரு கோலி அளவு சாப்பிட்டு வந்தால் சளி, இருமல், தொண்டை கரகரப்பு குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு அடிக்கடி சளி பிடித்துக் கொள்கிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்ததில் 60 செப்டோமைசின் போட்டுக் கொள்ளச் சொன்னார்கள். அப்படிப் போட்டும், மாத்திரைகள் ஒரு வருடமாக சாப்பிட்டும் சரியாகவில்லை. எனவே உங்கள் மருத்துவ முறையை எனக்குத் தெரிவிக்கவும்.

- ராஜன், மன்னார்குடி

நாட்டுமருந்துக் கடைகளில் சித்தரத்தை என்னும் வேர் கிடைக்கும். இதைக் கண்டாலே சளி பறந்து விடும். இதில் அசல் சித்தரத்தை வாங்கி ஒன்றிரண்டாக தட்டி வாசனை கிளம்ப ஒரு சட்டியில் போட்டு வறுக்கவும். பிறகு அதை பொடி செய்து ஜலித்து சூரணமாக்கி அதன் அளவில் 8 மடங்கு பனை வெல்லம் சேர்த்து இடித்து லேகியமாக ஆக்கவும்.

இந்த லேகியத்தில் ஒரு கோலி அளவு வாயில் போட்டு அரை மணி நேரத்தில் சளி விலகுவதை கண்கூடாகப் பார்க்கலாம். இது ஒவ்வொருவர் வீட்டிலும் இருக்க வேண்டிய மருந்து. அசல் சித்தரத்தை வாயில் போட்டால் காரமாக இருக்கும். அதை பார்த்து வாங்க வேண்டும்.

குழந்தைகளுக்கு சளி, இருமல், வந்தால் கொஞ்சம் சித்தரத்தை வேரை வறுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து பனைவெல்லம் போட்டு காய்ச்சி ஒன்றிரண்டு சங்கு (பாலாடை) ஊற்றி வந்தால் குணமாகும்.

> *ஐயா! எனக்கு வயது 22. சிறு வயது முதல் இழுப்பு வியாதி இருந்து வருகிறது. அதற்கு அப்போதே மருந்து சாப்பிட்டு இருக்கிறேன். ஆனால் முற்றிலும் குணமாகவில்லை. இப்போது பேசும்போது மூச்சு முட்டுகிறது. இதனால் பேச்சு உடனே வராமல் சிறிது நேரம் கழித்துத்தான் பேச முடிகிறது.*
>
> *நான் பியுசி படித்து இருக்கிறேன். வாய் இருந்தும் ஊமை போல் இருக்கிறேன். என் வாயைத் திறந்து பேச வைக்க உங்கள் வைத்திய முறையை நாடுகிறேன்.*
>
> **- ஜே.பி. தாமஸ், சூலூர்**

மூச்சு முட்டு ஏற்படுவதற்கு பல காரணங்கள் உண்டு. சாதாரணமாக மலச்சிக்கல் உள்ளவர்களுக்கும், நுரையீரல் கப நோய் உள்ளவர்களுக்கும் இதயத்தில் ரத்த நாளம் அடைபட்டு இருப்பவர்களுக்கும் வருவதுண்டு. ஆனால் தாங்கள் இதய நோயாளியாக தெரியவில்லை. நுரையீரல் நோய் இருப்பதாகத் தெரிகிறது.

வில்வ இலை 100 கிராம், மிளகு 10 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். இந்த இரண்டையும் பசும்பால் அல்லது தண்ணீர் தெளித்து வெண்ணை போல் அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவுக்கு மாத்திரைகளாக உருட்டி வெயிலில் காய வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும்.

தினசரி காலையிலும், மாலையிலும், இதில் ஒரு மாத்திரையை பால் அல்லது காபியோடு அல்லது ஏதாவது சூடான பானத்தோடு சாப்பிடவும். இரண்டு மூன்று மாதங்கள் சாப்பிட்டால் மூச்சு முட்டுவது குணமாகும்.

> *ஐயா! என் தாயாருக்கு வயது 55. கடந்த 6 மாத காலமாக இழுப்பு வருகிறது. பேச முடியவில்லை. படுக்க முடியவில்லை. அடி வயிறு வீங்கி விடுகிறது. அவர்கள் ஆயுள் முழுவதும் மாத்திரை சாப்பிட வேண்டும் என்று டாக்டர் சொல்கிறார். மாத்திரை வாங்க முடியவில்லை. எனவே நீங்கள் ஏதாவது எளிய மருந்து கூறுங்கள்.*
>
> **- ஹனீபா**

இந்த நோய் நுரையீரல் பலவீனத்தால் உண்டாகிறது. குப்பைமேனி என்ற செடி எங்கும் கிடைக்கும். அதை வேருடன் பிடுங்கி மண் இல்லாமல் அலம்பி நிழலில் உலர்த்தவும். இடிப்பதற்கு முன் சிறிது நேரம் வெயிலில் போட்டு பிறகு இடித்து சலித்து சூரணமாக்கவும். இந்த சூரணத்தில் 50 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றை 10 கிராம் வீதம் எடுத்துக் கொண்டு திப்பிலியை ஒடியும் பக்குவத்தில் லேசாக வறுத்து பிறகு மற்றவைகளுடன் சேர்த்து இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இந்த இரண்டு சூரணங்களையும் கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை 6 மணிக்கும் மாலை 6 மணிக்கும் இரவு படுக்கும் போதும் அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து வெந்நீரில் சாப்பிடவும். கப அடைப்பு, மூச்சு திணறல், ஆஸ்துமா போன்ற நோய்கள் குணமாகும்.

> *ஐயா! எனக்கு 58 வயதாகிறது. 35 வருடங்களாக நெஞ்சில் சளி உள்ளது. இருமினால் சளி வருகிறது. நடந்தால் மூச்சு வாங்குகிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்து பார்த்தால் எலும்பு எல்லாம் சளி மறைந்திருக்கிறது. இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்று கூறுங்கள்.*
>
> **- எஸ்.குப்புசாமி, மாம்பலம்**

மேலே சொன்ன மருத்துவக் குறிப்பின்படி சூரணம் செய்து சாப்பிடவும்.

> *ஐயா! நான் ஒரு சிறுவன். எனக்கு வயது 12, நான் 5வது வகுப்பு படிக்கிறேன். எனக்கு மூச்சுத் திணறலும் மார்பு வலியும் அதிகமாக இருக்கிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்தார்கள். ஆஸ்துமா என்றார்கள். 100 ஊசிகள் போட்டாகி விட்டது. மாத்திரை, டானிக் எல்லாம் சாப்பிட்டும் இன்னும் குணமாகவில்லை. ஆகவே தயவு செய்து எனக்கு தகுந்த மருத்துவ உதவி அளிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.*
>
> **- பி.ரவி, கீழ்ப்பாவூர்**

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கொத்தமல்லி (தனியா), சீரகம் ஆகியவைகளை 20 கிராம் வீதம் வாங்கவும். சுக்கு தவிர மற்றவைகளை லேசாக வறுத்து இடித்து சூரணமாக சலித்துக் கொள்ளுங்கள். சுக்கு மேல் தோலை நீக்கி இடித்து சூரணமாக்கவும். பிறகு இரண்டையும் கலந்து கொள்ளவும். அதன் மொத்த அளவுக்கு சமமாக பனங்கற்கண்டு சேர்த்து புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை அரைத் தேக்கரண்டி அளவு வெந்நீரில் சாப்பிடவும். மாதக் கணக்கில் சாப்பிடலாம். பசி உண்டாகும். கபதோஷம் போக்கும். மூச்சு திணறல், மூச்சு அடைப்பு நீங்கும்.

> **ஐயா! என் வயது 30. எனக்கு மூக்கடைப்பு உள்ளது. மூக்கடைப்புக்கு மாசிக்காய் தூள் செய்து மூக்கில் இழுத்து வரவேண்டும் என்று தாங்கள் ஏற்கனவே கூறியிருந்தபடி செய்து வருகிறேன். இரண்டு மூக்கு துவாரத்துக்கும் இடையில் உள்ள எலும்பு ஒரு பக்கம் சாய்ந்து இருப்பதால் இப்படி மூக்கடைப்பு வருவதாக நினைக்கிறேன். டாக்டர்கள் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்று கூறுகிறார்கள். அப்படி செய்யாமல் குணமாக்க வழி என்ன?**
>
> **- ப.வேணுகோபாலன், மன்னார்புரம், திருச்சி**

மூக்கு அடைப்பு பலருக்கு உண்டு. சில டாக்டர்கள் 'பஞ்சர்' செய்வார்கள். ஆனால் இதை செய்து கொண்டபின் மூக்கடைப்பு அதிகமாகும். மீண்டும் டாக்டரிடம் காட்டினால் எலும்பு வளைந்து உள்ளது என்றும் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் கூறுவார். அதையும் செய்து கொண்டாலும் மூக்கடைப்பு தீராது. தும்மல், சளி, இருமல், இழுப்பு உண்டாகும். ஆகவே மூக்கில் ஆபரேசன் செய்வது பலன் தராது.

கீழே தரப்பட்டுள்ள கேள்விக்கான பதிலில் உள்ளபடி மருந்து சாப்பிட்டு, தைலம் தயார் செய்து 3 மாதங்கள் விடாமல் உபயோகித்து வந்தால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 60. கடந்த 40 வருடங்களாக எனக்கு சளி பிடித்திருக்கிறது. மூக்கில் தண்ணீர் போல சளி ஒழுகிக் கொண்டே இருக்கிறது. இருமலும் இருக்கிறது. தலை வலித்துக் கொண்டே இருக்கிறது. நான் கரூர், திருச்சி, மதுரை, ஈரோடு, கோயம்புத்தூர், மணப்பாறை, வேலூர், சென்னை ஆகிய இடங்களில் சிகிச்சை பெற்றும் எந்தவித பலனும் இல்லை. தாங்களாவது என் நோய்க்கு தகுந்த மருந்து தெரிவிப்பீர்களா?**
>
> **- பி.கே. ரங்கசாமி செட்டியார், மணப்பாறை**

உடலில் அதிக உஷ்ணம் ஏற்படுவதால் இவ்வித தொந்தரவு ஏற்படுவதுண்டு. இந்நோய் உள்ளவர்கள் மலச்சிக்கல் ஏற்படாமல்

பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். சளி இருமல் உள்ளவர்கள் வாழைப்பழம் சாப்பிட்டு மலம் கழிக்கும் பழக்கத்தை உண்டாக்கக் கூடாது. ஏன் என்றால் வாழைப்பழம் சளி கபத்தை உண்டாக்கும்.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவைகளை சம அளவு வாங்கவும். மிளகு, திப்பிலியை லேசாக வறுக்கவும். சுக்கு மேல் தோல் நீக்கவும். பிறகு மூன்றையும் ஒன்றாக சேர்த்து இடித்து பொடி செய்து கொள்ளவும். இதில் கால் தேக்கரண்டி அளவு வீதம் தேன் விட்டு குழப்பி காலை மாலை இருவேளை சாப்பிட்டு வரவேண்டும்.

கீழ்க்கண்ட தைலம் தயார் செய்து வாரத்திற்கு ஒருமுறை தலையில் தேய்த்து சீயக்காய் உபயோகித்து வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

ஜடாமாஞ்சில் 10 கிராம் வாங்கி ஒன்றிரண்டாக பொடி செய்யவும். சித்திரப்பால் வேர்ப்பட்டை 50 கிராம் வாங்கி நன்றாக இடித்து தூள் செய்து பிறகு பசும் பால் விட்டு மெழுகு திரள அரைக்கவும்.

பிறகு அரைத்த இந்த கல்பத்தையும் ஜடாமாஞ்சில் தூளையும் ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் இரும்புச் சட்டியில் வைத்து அடுப்பு ஏற்றி காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி பச்சை கற்பூரம் 2 கிராம் பொடி செய்து தூவி கிளறி விடவும்.

ஆறியபின் வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை குளியலுக்கு உபயோகித்து வந்தால் சளி, இருமல் தீரும். தொடர்ந்து 2 அல்லது 3 மாதம் உபயோகிக்கவும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 64 ஆகிறது. கடந்த ஒரு ஆண்டு காலமாய் இருமல், சளியினால் அவதிப்படுகிறேன். இரவில் 4 மணிக்கு இருமல் வந்து விடுகிறது. நெஞ்சில் சளி வருகிற வரையில், இருமிக் கொண்டே இருக்க வேண்டி உள்ளது. பித்தமான எச்சிலும் வந்து கொண்டு இருக்கிறது. இதற்கு தகுந்த மருந்தை சொல்வீர்கள் என நம்புகிறேன்!**
>
> **- பி.வி. மணிக்கர், கங்கைகொண்டான்**

சித்தரத்தை என்பது நாட்டு மருந்துக் கடையில் கிடைக்கும். 50 கிராம் வாங்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்துக் கொண்டு ஒரு மண் சட்டியில் லேசாக வறுக்கவும். நன்றாக வாசனை கிளம்பும் சமயம் இறக்கி வைத்து ஆறிய பிறகு இடித்து தூள் செய்து கொள்ளவும். அந்த தூள் எடைக்கு ஆறு பங்கு பனை வெல்லத்துடன் இடித்து லேகிய பதமாய் வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு கோலி அளவு 2, 3 நாட்கள் சாப்பிட ஜலதோஷம், இருமல், மூக்கடைப்பு முதலிய நோய்கள் உடனே குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. நான் தூங்கும்போது வாய் திறந்தபடி இருக்கிறது. இதனால் அசுத்தமான காற்று உள்ளே சென்று காலை எழுந்ததும் தொண்டை அடைக்கிறது. பல் உயர்ந்து இருக்கிறது. எனவே தூங்கும்போது வாய் மூடி தூங்குவதற்கு ஏதாவது ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- ராஜு, திருச்சி டோல்கேட்

இரவில் வாயை திறந்து கொண்டு தூங்குவது நல்லதல்ல. சுவாசம் வீணாகும். அதனால் உடல் பலகீனம் ஏற்படும். தொண்டைக்குள் சதை வளர்ச்சி (டான்சில்) இருப்பவர்களுக்கு இரவில் மூக்கடைப்பு ஏற்படும். எனவே டான்சில் உள்ளதா இல்லையா என்பதை டாக்டரிடம் சோதிக்கவும்.

இரவில் படுக்கும் போது வேப்பெண்ணெயில் சுண்டு விரலை விட்டு 2 நாசி துவாரங்களிலும் தடவி படுக்கவும். இப்படி செய்தால், மூக்கடைப்பு நீங்கி, வாய் மூலம் சுவாசிக்கும் பழக்கம் நிற்கும். மூக்கையும் சோதனை செய்து கொள்வது நல்லது.

ஐயா! எனக்கு வயது 25 ஆகிறது. சில காலமாக நான் சளித் தொல்லையால் அவதிப்படுகிறேன். சரியாக சாப்பிட முடிய வில்லை. தொண்டையில் நார் போன்று சளி அடைத்துக் கொள்கிறது. மூக்கு அடைப்பும் உள்ளது. சரியாக சுவா சிக்க முடியவில்லை. இந்த கஷ்டத்திலிருந்து மீள எனக்கு நல்ல மருந்து கூறுங்கள்.

- எஸ்.நடராசன், துறையூர்.

துளசி இலையில் 9 இலைகளை எடுத்து மோர் விட்டு அரைத்து ஒரு தம்ளர் மோரில் கலந்து காலை, மாலை சாப்பிடவும். நெஞ்சில் இருக்கும் சளி வெளியே வந்துவிடும்.

துளசி இலைகளை இடித்து பிழிந்த சாறு 200 மில்லி, நல்லெண்ணெய் 200 மில்லி இரண்டையும் கலந்து பக்குவமாகக் காய்ச்சவும். அதை இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொண்டு அரைத் தேக்கரண்டி அளவு உச்சந்தலையில் தேய்க்கவும். அரை மணி நேரம் கழித்து சீயக்காய் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்கவும். இப்படி குளித்து, துளசி மோர் கலந்து குடித்து வந்தால் உஷ்ண இருமல், சளி குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு தினமும் மூச்சு இழுக்கிறது. 5 நிமிடம் நடந்தாலும் இப்படி மூச்சு இழுக்கிறது. எனக்கு 18 வயதுதான் ஆகிறது. இதை போக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

- எஸ். பாலாஜி, சென்னை-40

மூச்சு இழுப்பு நோய் இருதயம் சம்பந்தப்பட்டது. ஆகவே தாங்கள் நல்ல டாக்டரை அணுகி இருதயத்தை பரிசோதிக்கவும். இருதயம் பலவீனமாக இருப்பதாகச் சொன்னால் அவர் சொல்கிற மருந்தை சாப்பிட வேண்டாம்.

மருத மரத்தின் பட்டை வெண்மையாக இருக்கும். அதில் ஒரு ரூபாய் நாணயத்தின் எடைக்கு எடுத்துக் கொண்டு சீரகம் சேர்த்து இடித்து புட்டியில் போடவும். அதில் ஒரு கோப்பை தண்ணீர் விட்டு அரை கோப்பையாக குறையும் வரை காய்ச்சவும்.பிறகு சாப்பிடவும் 2 அல்லது 3 மாதங்கள் வரை இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் இதயம் பலப்படும். மூச்சுத் திணறல் நீங்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 24 ஆகிறது. கடந்த 10 வருடங்களாக நெஞ்சில் சளி இருக்கிறது. ரத்த பரிசோதனையில் 18 சதவீதம் ஈஸ்னோபீலியா இருப்பது தெரிந்தது. அதற்கு ஆங்கில மருந்து சாப்பிட்டு குணமாகவில்லை. தண்ணீர் சாப்பிட்டால் சளியாக அடைத்துக் கொள்கிறது. இதனால் உடல் நலம் பாதிக்கப்பட்டுள்ளேன். இதற்கு தங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- எஸ். கண்ணன், மன்னார்குடி

நீங்கள் எப்போதும் வெந்நீர் குடிக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்துக் கொள்ள வேண்டும். நெஞ்சில் சளி, இரைப்பு உள்ளவர்களுக்கு வெந்நீர் ஒரு டானிக். சுடச்சுட சாப்பிட்டு பழக வேண்டும். அதுவே ஒரு மருந்தாக அமையும்.

அத்தகைய நோயுள்ளவர்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு உபயோகிக்கவும்.

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் தாளிசபத்திரி, சித்தரத்தை ஆகியவற்றை வகைக்கு 50 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளவும். சித்தரத்தையை ஒன்றிரண்டாக இடித்து சட்டியில் இட்டு வாசனை கிளம்ப வறுக்கவும். அதேபோல் தாளிசபத்திரியையும் வறுக்கவும். இரண்டையும் சேர்த்து இடித்து சலித்து சன்னமாக சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். பனை வெல்லம் 250 கிராம் வாங்கி இந்த சூரணத்துடன் சேர்த்து இடித்தால் மெழுகு போல் ஆகும். அதை எடுத்து அகலமான புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதை காலை மாலை நெல்லிக்காய் அளவு நன்றாக மென்று சாப்பிடவும். இதை குழந்தைகளுக்குக் கூட கொடுக்கலாம். சாதாரண இருமல், சளி உள்ள குழந்தைகளுக்கு டாக்டர்கள் பிரைமரி காம்ப்ளக்ஸ் என்ற பெரிய பெயரை சூட்டி ஊசிகளை 50, 60 குத்துவார்கள். இந்த விதை மருந்தால்

குழந்தைகள் பலகீனமாகி வளர்ச்சி குன்றி, பயந்து கெடுவதல்லாமல், நோயும் குணமாகாது. மேற்சொன்ன பனைவெல்ல மருந்தை, சளி வரும் போதெல்லாம் சாப்பிடலாம். உடலுக்கு ஒரு வாத உபாதையும் ஏற்படாது. பசியும் நன்றாக எடுக்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 21. நான் தினமும் சைக்கிளில் சென்று வியாபாரம் செய்பவன். எனக்கு மூச்சுத் திணறலும், நெஞ்சில் தீராத சளியும் இருக்கிறது. உடலும் துரும்பாக இளைத்து விட்டேன். எவ்வளவோ மருந்து சாப்பிட்டும் குணம் தெரிய வில்லை. ஆகவே தாங்கள் மனது வைத்து மருத்துவ உதவி அளிக்க கோருகிறேன்.

- எஸ்.பி. செல்வேந்திரன், பெரம்பலூர்

நுரையீரல் பலகீனமாகும்போது அங்கிருந்து சளி உற்பத்தியாகி தொண்டைக்கு வந்து தொந்தரவு தரும்.

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிராம்பு 10 கிராம், சித்தரத்தை 50 கிராம், தாளிச பத்திரி 50 கிராம் வாங்கி தனித்தனியே லேசாக வறுக்கவும். முதலில் சித்தரத்தை மட்டும் ஒன்றிரண்டாக இடித்து அதன் பிறகு மூன்றையும் சேர்த்து இடித்து தூள் செய்து நன்றாக சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினசரி அரைத் தேக்கரண்டி எடுத்து காலை மாலை தேனில் சாப்பிடவும். 3 மாதங்கள் சாப்பிட்டால் குணம் அடையலாம்.

ஐயா! எனக்கு சில மாதங்களாக நெஞ்சு வலி இருந்து வருகிறது. இதற்காக எவ்வளவோ பணம் செலவழித்தும் குணமடையவில்லை. எனவே தயவு செய்து இந்த நோய்க்கு மருத்துவ ஆலோசனை தெரிவிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.

- த.தம்பி, தச்சநல்லூர்

சீரகம் 50 கிராம்; பனை வெல்லம் 250 கிராம் வாங்கவும். சீரகத்தை பொன் வறுவலாக வறுக்கவும். பிறகு அதை இடித்து சூரணம் செய்யவும். அதையும் பனை வெல்லத்தையும் சேர்த்து அரைத்தால் லேகிய பதமாக வரும். அதை பக்குவப்படுத்திக் கொண்டு காலை, மதியம், மாலை ஆகிய 3 வேளைகளும் நெல்லிக்காய் அளவு எடுத்து வாயில் போட்டு மென்று சாப்பிடவும். பனை வெல்லத்திற்குப் பதிலாக சம அளவு சீனி சேர்த்துக் கொண்டும் சாப்பிடலாம். இப்படி தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் நெஞ்சு வலி குணமாகும்.

ஐயா! நான் 6 மாத காலமாக சளித் தொல்லையால் அவதிப் படுகிறேன். தொண்டை, மூக்கு, முகத்தின் பக்கவாட்டிலும் சளி இருப்பதாக டாக்டர்கள் சொல்கிறார்கள். அதை எடுக்க

80 ரூபாய் கேட்கிறார்கள். எனக்கு வசதி இல்லை. தலை பாரமாகவும், வலியாகவும் உள்ளது. லேசாக மயக்கம் வருகிறது. என் நோயை குணமாக்க ஆலோசனை கூற கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஏ. ஜபருல்லா, திருவாரூர்

தங்கள் நோயை ஆங்கில மருத்துவத்தில் 'சைனி சைட்டிஸ்' என்று சொல்வார்கள். இதற்கு முதலில் பஞ்சர் செய்வார்கள். அப்படி செய்தால் தற்காலிகமாக சில நாட்கள் குணம் தெரியும். பிறகு முன்பை விட அதிகமாக சளி பிடித்து தொண்டையில் கபம் கர்புர் என்று இழுக்கும். இதை சித்த வைத்தியத்தில் பீனசம் என்பார்கள்.

இந்தப் பகுதியில் வாசகர் பி.வி.மணிக்கர், கங்கை கொண்டானுக்கு சொல்லியபடி லேகியம் தயார் செய்து கொள்ளவும்.

இதை ஒரு கோலி அளவு காலை, மாலை மென்று தின்னவும். 10 வேளை கூட சாப்பிடலாம். அதனால் கெடுதல் இல்லை. சளி இருமல் குணமாகும்.

தலையில் பாரம் உள்ளவர்கள் அல்லது எப்போதும் மூக்கில் சளி வந்தால் வேப்ப எண்ணெய் இரண்டு மூன்று துளிகளை மூக்கில் விட்டு உறிஞ்சவும். உடனே சளி வெளியே வந்துவிடும். ஒரு வாரம் இப்படி செய்தால் சளி முழுவதும் வந்து தலைபாரம் நிரந்தரமாக குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு சில நாட்களாக மூச்சு வாங்குகிறது. சில நேரங்களில் மூச்சு விடுவதற்கு கஷ்டமாக உள்ளது. மூக்கடைப்பு அடிக்கடி ஏற்படுகிறது. டாக்டரிடம் சென்று மருந்து ஊசி போட்டு கொள்ள வசதி இல்லை. எனவே தாங்கள் ஆதரவை நாடுகிறேன்.

- எஸ்.நடராசன், துறையூர்

அடிக்கடி மூக்கடைப்பு வருவதை பீனிசம் என்பார்கள். ஆங்கிலத்தில் சைனி சைட்டிஸ் என்று கூறுவார்கள். இந்த நோயை குணப்படுத்தா விட்டால் சுவாசக் குழாய் பாதித்து ஆஸ்துமா ஏற்படும்

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி ஆகியவற்றை சம அளவு வாங்கவும். மிளகு, திப்பிலியை லேசாக வறுக்கவும். பிறகு மூன்றையும் சேர்த்து இடித்து சலித்து சூரணமாக்கவும். இதன் அளவில் 8 மடங்கு பனை வெல்லம் சேர்த்து அரைத்து லேகிய பதமாக்கி பத்திரப்படுத்தவும். இந்த லேகியத்தில் கழற்ச்சிக்காய் அளவு காலையிலும் மாலை 6 மணிக்கும் மென்று சாப்பிடவும். குழந்தைகளுக்கும் கூட கொடுக்கலாம்.

மூக்கடைப்பு வரும் நேரத்தில் ஒரு சொட்டு வேப்பெண்ணெயை மூக்கில் இழுக்கவும். அவ்வப்போது இப்படி செய்தால் மூளையில் உள்ள நீர்ப்பிடிப்பு பீனசம் முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

நல்லெண்ணெய் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து மிளகாய் வற்றல் ஒன்றை போட்டு காய்ச்சவும். வற்றல் கறுத்ததும், இறக்கி விடவும். ஆறிய பிறகு இந்த எண்ணெயை தலைக்கு தேய்த்து, ஊறிய பின் சீயக்காய் போட்டு குளிக்கவும். அன்று மோர் சாப்பிடக் கூடாது. பகலில் தூங்கக் கூடாது. வாரம் ஒன்று அல்லது இரண்டு முறை அப்படி செய்து வந்தால் தலைவலி, ஒற்றைத் தலைவலி கூட நீங்கும்.

ஐயா! என் தாயாருக்கு 20 வருடங்களாக இருமலும், இளைப்பும் உள்ளது. இரவில் தூக்கமே இல்லை. எப்போதும் இருமல்தான். வயது 45 ஆகிறது. என் தந்தைக்கு வயது 55. திடீர் என்று வலது கை, கால்கள் செயல் இழந்து போய்விட்டன. வாய் பேச முடியவில்லை. பல வைத்தியம் பார்த்தும் முற்றிலும் குணம் அடையவில்லை. என் தாயாருக்கும், தந்தைக்கும் தகுந்த வைத்திய முறைகளை வெளியிட வேண்டுகிறேன்.

-ஆர். சீனிவாசன், கீரனூர்

மேலே சொல்லப்பட்டுள்ள சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி லேகியம் செய்து காலை, மாலை கொடுக்கவும்.

தகப்பனாருக்கு மருந்து:

தழுதாழை என்பது பல இடங்களில் கிடைக்கும். இந்த இலையை இடித்து 2 அவுன்ஸ் சாறு எடுக்கவும். 10 மிளகு, 15 பூண்டு பல் அரைத்து சாறில் கலக்கவும். இதில் பசும் நெய் அல்லது எருமை நெய் 3 தேக்கரண்டி கலந்து கொடுக்கவும். இப்படி காலை மாலை 5 நாட்கள் கொடுத்தால் குணமடைந்து விடும். புளி சாப்பிடக் கூடாது.

தழுதாழை கிடைக்காவிட்டால் நொச்சி இலை சாறு எடுத்து மேற் சொன்னபடி சாப்பிடலாம். தழுதாழை இலையை நீரில் போட்டு காய்ச்சி கை, கால்களில் ஊற்றவும்.

ஐயா! எனக்கு அடிக்கடி ஜலதோஷம் ஏற்பட்டு காது அடைப்பு வருகிறது. இதனால் காது சரியாக கேட்கவில்லை. இரைச்சலாக இருக்கிறது. இதை குணப்படுத்த தகுந்த முறையை தெரிவிக்கவும்.

- ஜோசப், மதுரை

உடலில் அதிக உஷ்ணம் உண்டானால் அடிக்கடி ஜலதோஷம் பிடிக்கும். இப்போதெல்லாம் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்கும் பழக்கம் குறைந்து விட்டது. 'வைத்தியனுக்கு கொடுப்பதை வாணியனுக்கு கொடு' என்று பெரியவர்கள் கூறி இருக்கிறார்கள். சாதாரணமாக எல்லோரும் நல்லெண்ணெயில் சீரகம் போட்டு காய்ச்சி வாரம் ஒரு முறையாவது தலையில் தேய்த்து குளித்து வந்தால் ஜலதோஷம், கண் எரிச்சல், உடல் வெப்பம் ஆகியவை இருக்காது. ஜலதோஷம் இருப்பவர்கள் சீரகத்துக்கு பதிலாக மிளகு தூள் செய்து போட்டு காய்ச்சிய எண்ணெயை தேய்த்து வெந்நீரில் குளிப்பது நல்லது.

இந்தப் பகுதியில் வாசகர் பி.வி.மணிக்கர், கங்கை கொண்டானுக்கு சொல்லியபடி லேகியம் தயார் செய்து கொள்ளவும்.

அப்படி ஜலதோஷம் வருபவர்கள் இதில் நெல்லிக்காய் அளவு எடுத்து சாப்பிட்டால் ஜலதோஷம் நீங்கும். எவ்வளவு சாப்பிட்டாலும் உடலுக்கு தீங்கு இல்லை.

காதில் இரைச்சல் இருப்பது உடல் பலகீனத்தை காட்டுகிறது. இதற்கு டானிக் மாத்திரை வாங்கி பணத்தை வீணாக்காதீர்கள். பாதாம் பருப்பு எடுத்து இரவில் நீரில் ஊற வைத்து காலையில் ஒரு தேக்கரண்டி கசகசா சேர்த்து பால் விட்டு அரைக்கவும். அதை ஒரு தம்ளர் பாலில் போட்டு காய்ச்சி சர்க்கரை (சீனி) சேர்த்து காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இதனால் உடல் தேறும்.

ஐயா! என் மனைவிக்கு வயது 29. ஒரு மாதத்திற்கு ஒருமுறை அவளுக்கு மூச்சுத் திணறலும், நெஞ்சு வலியும் வருகிறது. ஊசி போட்டால் சரியாகிறது. மீண்டும் வருகிறது. முன்பு இதற்கு குப்பைமேனி இலை பொடி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலித் தூள் சேர்த்து சாப்பிடச் சொல்லி இருந்தீர்கள். அதை என் மனைவிக்கு கொடுக்கலாமா?

ஐயா! எனக்கு வயது 30. கடந்த 2 வருடங்களாக தொண்டையில் சளி உண்டாகிறது. காலையிலும் மாலையிலும் இப்படி வருகிறது. மழைக் காலத்தில் அடிக்கடி ஜலதோஷம், மூக்கடைப்பு உண்டாகிறது. இவைகளை நிவர்த்திக்க மருந்து தரவும்.

....

குப்பைமேனி செடியை வேருடன் பிடுங்கி நன்றாக உலர வைத்து அதன் பின் இடித்து சன்னமாக சலித்துக் கொள்ளவும். இந்தப் பொடியில் 50 கிராம் அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சித்தரத்தை,

வாய்விலங்கம் ஆகியவை தலா 10 கிராம் எடுத்து இடித்து நன்றாக பொடி செய்யவும். பிறகு இரண்டு பொடிகளையும் கலந்து காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேனில் சாப்பிடவும்.

> **ஐயா! என்னுடைய அம்மாவுக்கு வயது 50. அடிக்கடி நெஞ்சு வலியும், இருமலும் வருகிறது. தலைவலியும் இருக்கிறது. இருமல் அதிகமானால் சளியுடன் ரத்தம் அதிகமாக வருகிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்து பார்த்ததில் கோளாறு எதுவும் இல்லை என்று டாக்டர்கள் சொன்னார்கள். ஆனால் இருமல் இருந்து கொண்டே இருக்கிறது. தலைவலியும் இருமலும் ரத்தம் வருவதையும் நிரந்தரமாக நிறுத்துவதற்கு மருந்துகள் என்ன என்பதை கூற வேண்டும்.**
>
> **-சி. சீனிவாசன், மேட்டூர் அணை**

இருமல் என்பது பொதுவாக நுரையீரல் சம்பந்தப்பட்டதாகும். நிச்சயமாக நுரையீரலிலே கோளாறு உண்டு. அதாவது நுரையீரல் புண் இருப்பதே காரணம். இதற்கு முக்கியமாக கோழி, மீன், கருவாடு, பச்சை மிளகாய் முதலிய காரமானவற்றை நீக்க வேண்டும். (சாப்பிடக் கூடாது) கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயார் செய்து கொண்டு காலையில் பசும்பாலில் சாப்பிட்டு வர நுரையீரலில் இருக்கும் புண் ஆறி இருமல் நின்று ரத்தம் வருவது போன்றவை குணமாகும்.

நாட்டு மருந்துக் கடையில் அசுவகந்தி என்னும் அமுக்கிராங்கிழங்கு 500 கிராம் வாங்கி இடித்து பொடி செய்து ஜலித்து பசும்பால் ஆவி புடமாக செய்து உலர்த்தி வைக்கவும். ஆவி புடம் என்பது என்னவென்றால் ஒரு சட்டியில் பசும் பால் ஊற்றி அந்த வாயில்ஒரு மெல்லிய துணியைக் கட்டி இந்தப் பொடியை அத்துணி மேல் வைத்து பாலை அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரிக்கவும். இந்த பாலின் ஆவி அந்த பொடியின் பால் கண்டும் அளவுக்கு காய வைக்க வேண்டும். பிறகு கீழே சட்டியை இறக்க வேண்டும். அந்த பொடியை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

இந்தப் பொடியின் அளவுக்கு கற்கண்டை பொடி செய்து கலந்து ஒரு கண்ணாடி புட்டியில் அடைக்கவும். இதை காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து பசும்பாலில் சேர்த்து சாப்பிடவும். இதை காலை மாலை சாப்பிடவும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 25. சில நாட்களாக நெஞ்சில் கபம் போன்ற சளி கோளாறு காரணமாக தொண்டை, மூக்கு அடைத்துக் கொண்டு மூச்சு விடுவதற்கு கஷ்டமாக உள்ளது. தலை பாரமாக இருக்கிறது. வயிற்றில் புண் இருப்பது போல் தெரிகிறது. அதனால் சரியாக சாப்பிட முடியவில்லை. இரவில்**

> **சிறுநீர் அதிகமாக கழிகிறது. தாங்கள் இந் நோய்களை குணப்படுத்த மருந்து கூறுங்கள்.**
>
> **- நடராசன், துறையூர்.**

சளி, மூக்கடைப்பு, சுவாச அடைப்பு முதலியன உடலில் உள்ள அதிக உஷ்ணத்தினாலும், பலவீனத்தினாலும் உண்டாகும். அதிகமாக ரத்தக் குறைவு உள்ளவர்களுக்கு இதுபோன்ற நோய்கள் தொடரும்.

கரிசாலை என்னும் கரிப்பான் செடிகளை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சலித்து சூரணமாக்கிக் கொண்டு அந்தச் சூரணத்தின் அளவுக்கு லேசாக வறுத்து இடிச்ச மிளகு தூள் பத்தில் ஒரு பங்கு கலந்து, ஒரு புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். காலை வெறும் வயிற்றில் அரைத் தேக்கரண்டி அளவு சூரணத்தை எடுத்து தேன் விட்டு குழப்பி சாப்பிடவும். அதேபோல் மாலை 6 மணிக்கு ஒரு வேளை சாப்பிடவும்.

வில்வ இலையை இடித்து பிழிந்த சாறு 200 மில்லி, நல்லெண்ணெய் 200 மில்லிஎடுத்து இரண்டையும் கலந்து கொள்ளவும். கருஞ்சீரகம் 10 கிராம் பொடி செய்து அந்த எண்ணெயில் போட்டு கலக்கி அடுப்பிலேற்றி நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் காய்ச்சி இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை வாரம் ஒரு நாள் ஒன்று, அல்லது இரண்டு நாள் தலையில் தேய்த்து ஒரு மணி நேரம் ஊற வைத்து, சீயக்காய் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்கவும். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

> **ஐயா! எனக்கு 5 வருடங்களாக தலைவலி அடிக்கடி வருகிறது. எண்ணெய் தேய்த்து குளித்தாலும், சோப்பு தலையில் உபயோகித்தாலும் தலைவலி வந்து விடுகிறது. ஆகவே இதற்கு வைத்திய முறையை கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.**
>
> **- ஏ.கந்தசாமி, கல்லக்குடி-2**

துறையூர் வாசகர் நடராசன் கேள்வி பதிலில் உள்ள வில்வ எண்ணெயை தயார் செய்து கொண்டு வாரம் ஒருமுறை தலையில் தேய்த்து சீயக்காய் அல்லது அரப்புத் தூள் தேய்த்து குளிக்கவும். அன்று மோர், தயிர் உபயோகிக்கக் கூடாது. உடலுறவு கூடாது.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 22 ஆகிறது. நான் பல வருடங்களாக கோடாலி பிடித்து விறகு உடைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன். இப்போது எனக்கு தும்மல், இருமல், நெஞ்சுவலி, தூங்கும்போது இருதய அதிர்ச்சி, தும்மும்போது நாசியிலிருந்து தண்ணீர் போன்ற சளியும், இருமும்போது நெஞ்சு வலியும், மஞ்சள் நிற சளியும் வருகிறது. டாக்டரிடம் காட்டினேன்.**

இதற்கு பென்சிலின் ஊசி போட்டு மாத்திரையும் சாப்பிட்டு வந்தேன். குணமாகவில்லை. ஆகவே இதற்கு நீங்கள் நல்ல மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

என் தம்பிக்கு கக்குவான் இருமல் இருக்கிறது. இதைப் போக்கவும் மருந்து கூறுங்கள்.

- எஸ்.எம்.பி. முகமது, கடையநல்லூர்.

கக்குவான் இருமலுக்கு கீழ்க்கண்ட மருந்து தயார் செய்து தங்கள் தம்பிக்கு உபயோகிக்கவும்.

மயிலிறகு என்று நாட்டு மருந்துக் கடையில் கிடைக்கும். நீள நீளமாக வெண்மை நிறத்துடன் குச்சிகளைப் போல் இருக்கும். அதை சிறு துண்டு களாக நறுக்கி 25 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். மிளகு 25 கிராம், மிளகை பொடி செய்து மயிலிறகுதுண்டுகளுடன் கூட்டி ஒரு சட்டியில் போட்டு அடுப்பிலேற்றி வறுக்கவும். நன்றாக கறுத்து சாம்பலானவுடன் எடுத்து அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதில் ஒரு கிராம் அளவு எடத்து தேனில் விட்டு குழப்பி காலை மாலை உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். கக்குவான் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு சய ரோகம் ஏற்பட்டுள்ளது. பசியும் உண்டாகியுள்ளது. அடிக்கடி இருமல் வந்து கொண்டே இருக்கிறது. உடல் இளைத்து போய்விட்டது. இப்படியே இருந்தால் என்னுடைய உயிருக்கு ஆபத்து ஏற்படுமோ என்ற பயமும் இருக்கிறது. என்னுடைய இளைத்த உடல் தேறி மீண்டும் சதைப்பற்றுள்ளதாக ஆக என்ன மருந்துகள் சாப்பிட வேண்டும்.

- நடராஜன், சேலம்.

சுவாசப்பை நல்ல நிலையில் இயங்கினால் தான் ரத்தத்தை சுத்தி செய்து பிராண வாயுவை அதிகமாக உட்கொள்ளும். கபம் அடைந்த காலத்தில் பிராண வாயு உட் செல்ல தடங்கல் ஏற்படுகிறது. இதனால் இருமல் உண்டாகும். இந்த கபத்தை அகற்ற இருமல் வருவது நல்லது. எப்போதுமே காறி சளி துப்பும் பழக்கம் நல்லது. நாக்கின் கீழ் ஊறும் உமிழ் நீரை தொண்டையில் ஏற்படும் கபத்தை அகற்றுவதே ஆகும். அதிக உஷ்ணத்தினால் சுவாசப்பை கோளறு அடைய காயமும் வீக்கமும் அடைந்து புண் ஏற்படக் கூடும். இந்தப் புண் உண்டானவர்கள் ஐஸ் பானங்களை சாப்பிட உடனே கபம் சேர்ந்து இருமி துப்பும் போது ரத்தமும் வரக் கூடும். இந்தப் புண் உண்டாகும் காலத்தில் சுரமும் தொடங்கும். நாளாக நாளாக சீரண ரோகங்களும் கெட்டு விடும். பசி மந்தம் உண்டாகும். உடல் பலகீனம் அடைந்து கால்கள் ஓய்ந்து போகும். இருமல் இரவும்

பகலும் இடையிடையே வரும். இதற்கு காசம் அல்லது க்ஷயம் என்று சித்த நூல்கள் பெயரிட்டுள்ளன. மேல்நாட்டு மருத்துவத்தில் • டி.பி. என்பர். தற்சமயம் இதற்கு ஸ்டெரப்டோமைசின் என்றும் ஊசிமருந்து டி.பி.க்கு சித்த மருத்துவத்தில் இந்த வியாதிக்கு பூரண குணம் அளிக்கக் கூடிய மருந்துகள் உள்ளன.

சுத்தி செய்த தங்கரேக்கு 5 கிராம், சுத்தி செய்த ரசம் 1½ கிராம், சுத்தி செய்த கெந்தி 2½ கிராம், சுத்தி செய்த நல்முத்து 10 கிராம், சுத்தி செய்த பவழம் 20 கிராம்.

இவைகளில் தங்கரேக்குடன் ரசம் விட்டு அரைக்க இணையும். பிறகு கெந்தி சேர்த்து அரைக்கவும். பிறகு மற்ற இரு சரக்குகளையும் சேர்த்து பிரண்டை சாற்றால் வெண்ணை போல் அரைத்து வில்லைகளாக லேசாகத் தட்டி உலர காய வைத்து மண் அகலில் இட்டு பரப்பி 7 மண்சீலை செய்து 20 விறட்டிகளில் புடம் பிறகு எடுத்து பிரண்டை சாற்றால் அரைத்து முன் போல் 30 விறட்டியில் புடம். 3வது முறையும் அரைத்து 300 விறட்டியில் புடம். 4வது புடம் 50 வறட்டியில், 5வது புடம் 100 வறட்டியில் புடமிட பற்பம். இந்த பற்பத்தை காலை வெண்ணெயில் 2 குன்றி மணியளவு தேனில் கொடுக்கவும்.

48 நாட்களுக்கு குறையாமல் கொடுக்க சுரம் குறைந்து புண் ஆறி சயம் குணமாகும். இந்த மருந்து செய்ய முதலீட்டில் பணச் செலவு அதிகமாகும். ஒருமுறை செய்தால் 20, 30 நோயாளிக்கு கொடுக்கலாம்.

அல்லது சுத்தி செய்த பவழம் 50 கிராம், சிறு துண்டுகளாக மயில் இறகு 50 கிராம், ஒரு சிறிய மண் குடுவையில் பவழத்திற்கு கீழும் மேலும் மயில் இறகு சிறு துண்டுகள் கூட்டி சீலை மண் செய்து 50 விறட்டியில் புடமிட பவழம் வெந்து பற்ப நிலையில் இருக்கும். அப்படியே அதை எடுத்து நல்ல ...வேண்டும். மலம் பிரதி தினமும் நன்றாக வெளிப்படுத்தப்பட வேண்டும். இக் கல் உண்டாவதற்கு மலச்சிக்கல் ஒரு முக்கிய காரணம். என்னுடைய மனைவிக்கு இந்த கல்லடைப்பு வந்தது. கடுமையான வயிற்று வலி, காமாலை, கடுமையான சுரம், அஜீரணம் ஆகியவை வந்தன. இதற்கு ஆபரேஷன் செய்வதை தவிர வேறு மருந்துகளால் குணப்படுத்த முடியாது என்று மேனாட்டு மருத்துவர்கள் சொல்லி விட்டார்கள். ஆனால் நான் ஆபரேஷனுக்கு ஒத்துக் கொள்ளவில்லை. கீழ்க்கண்ட மருந்துகள் கொடுத்து பூரண குணம் அடைந்து 10 ஆண்டுகளாகியும் இன்றுவரை காமாலை நோய் வரவில்லை. கல்லும் கரைந்து விட்டது.

மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி (பெறறலை கரிப்பான்) சாறு ஒரு அவுன்சுடன் சுத்தமான தேன் 1 அவுன்சு கலந்து காலை மாலை இரு வேளையும் கொடுத்தேன். இரவில் படுக்கும் சமயம் கீழ்க்கண்ட திரிசூரண

எண்ணெயை கொடுத்தேன். விளக்கெண்ணெய் 1 லிட்டர், வெள்ளைப் பூண்டின் ரசம் 1/2 லிட்டர், இந்துப்பு 10 கிராம் எல்லாவற்றையும் சேர்த்து தைல பதத்தில் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொண்டு பசும்பால் 2 அவுன்சில் 1/2 அவுன்ஸ் இந்த எண்ணெயை இரவில் படுக்கும் சமயம் கொடுத்து வந்தேன். காலையில் நன்றாக மலம் கழிந்தது. இப்படி 40 நாட்கள் கொடுத்தேன். பூரண குணம் அடைந்து வெடியுப்பை கிணற்று நீரில் கலக்கி காய்ச்சி குழம்பு பருவம் வருமுன் எடுத்து ஒரு கெட்டியான துணியை 12 மடிப்புகளாக செய்து அதில் வெடியுப்பை கொட்டி வடித்துக் கொள்ளவும் சுத்தமாகும். பிறகு அதை ஒரு அயச் சட்டியில் கொட்டி வெடியுப்பின் அளவு 20 பங்குக்கு ஆப்ப சோடா ஒரு பங்கு கலந்த அடுப்பேற்றி சூடாக்கி உருக ஆரம்பித்ததும் வெடியுப்பு எடைக்கு 4ல் ஒரு பங்கு மஞ்சள் பொடியை தூவி கிளறிக் கொண்டே வந்தால் வெடியுப்பு சுண்ணமாகும். இந்த சுண்ணத்தில் 4 குண்டுமணி அளவு சுண்ணாம்பு நீர் அல்லது இளநீரில் காலை மாலை இரு வேளைகள் கொடுத்து உப்பில்லா பத்தியம் வைக்க கல் கரைந்துவிடும்.

> **ஐயா! என் மனைவிக்கு 32 வயது. 4 பெண் குழந்தைகள் உள்ளன. அவள் இருமி காறித் துப்பினால் சளியும் ரத்தமுமாக வருகிறது. 3 வருடமாக இப்படி உள்ளது. எவ்வளவோ செலவு செய்து பார்த்தும் பயன் இல்லை. இதற்கு தாங்கள் ஒரு மருந்தை கூறுங்கள்.**
>
> **- சுப்பிரமணியன், பள்ளிபாளையம்**

நுரையீரலில் புண் இருப்பதால் இருமி துப்பும் போது ரத்தம் வருகிறது. அதிக உஷ்ணத்தைக் கொடுக்கக் கூடிய பச்சை மிளகாய், கத்திரிக்காய், பூண்டு, பெருங்காயம் முதலியவைகளை சாப்பிடக் கூடாது.

கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயாரித்து காலை, மாலை 2 கிராம் அளவுக்கு நெய் அல்லது தண்ணீரில் சாப்பிடவும்.

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் படிகாரம் 20 கிராம், பூங்காவி 20 கிராம் - இந்த இரண்டையும் சேர்த்து புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதை மேற்சொன்ன அளவுப்படி 40 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

புலால் வகை எதுவும் சாப்பிடக் கூடாது. ரத்தம் வருவது நின்று விடும்.

ஐயா, எனக்கு வயது 26 ஆகிறது. நீர் பிரியும்போது எரிச்சல், கடுப்பு ஏற்படுவதுடன் வெள்ளை நிற திரவம் வெளியாகிறது. நீர் பிரிவதில் சிரமம் உள்ளது. பசி எடுப்பதே கிடையாது. இடுப்பு வலி, குடைச்சல், கை கால் வலி உள்ளது.

- பொன்ராஜ், கீரையூர்

கீழ்க்கண்ட எண்ணெய்யைத் தயார் செய்து கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு தேக்கரண்டியளவு இரண்டு அவுன்ஸ் பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில்விட்டு 2, 3 மாதங்கள் சாப்பிடவும். லேசான நோயாயிருந்தால் 48 நாட்கள் சாப்பிடவும். வருடக் கணக்கில் இருந்தால் வருடத்துக்கு ஒரு மாதம் வீதம் எண்ணெயைச் சாப்பிட வேண்டும்.

பத்தியம்: உடலுறவு, நல்லெண்ணெய், கடுகு, புலால் கூடாது. கடுமையான நோயாயிருப்பின் புளியையும் தள்ளிவிட வேண்டும்.

வெள்ளருகுசாறு, வெள்ளை வெங்காயச் சாறு, வல்லாரை சாறு, சீமை அகத்திச் சாறு, தேங்காய்ப் பால், விளக்கெண்ணெய், இதை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு லிட்டர் எடுத்து எல்லாவற்றையும் கலந்து, மண் பாத்திரத்திலிட்டு அடுப்பேற்றி சிறு தீயாக எரிக்கவும்.

நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் அதாவது சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி விடவும். மேற்கண்ட சாறுகளில் ஏதாவது கிடைக்காவிடில் அதை விட்டு மற்ற சாறுகளை கலந்து தயார் செய்து இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிடவும்.

மேலும் காலை, மாலை, கல்லில் தேய்த்து உரைத்த சந்தனம் தேக்கரண்டியளவு எடுத்து அதில் சந்தன அத்தர் (மைசூர் அரசு சந்தன எண்ணெய்) 2 சொட்டு கலக்கி சாப்பிடவும். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு அடிக்கடி சுரம் வருகிறது. மாலை 4 மணிக்கு ஒவ்வொரு நாளும் 100 டிகிரி வரை சுரம் ஏற்பட்டு இரவு 8 மணிக்கு நின்று விடுகிறது. காலையில் எழுந்திருக்க முடியவில்லை. உடல் பலமற்று இருக்கிறது. இதற்கு ரத்தப் பரிசோதனை செய்ததில் டைபாயிட் என்றனர். எக்ஸ்ரே கூட எடுத்தார்கள். இப்போது டி.பி.யாக இருக்கலாம் என்று சொல்கிறார்கள். இதற்கு தாங்கள் எளிய மருந்து சொல்லி என்னைக் காப்பாற்ற வேண்டுமென்று கேட்டுக் கொள்கிறேன். என் வயது 25.

-ரமணன், பொள்ளாச்சி

நெல்லிக்காய் (உலர்ந்தது) 5 கிராம், நன்னாரி 5 கிராம், கீழாநெல்லி 5 கிராம் இம்மூன்றையும் எடுத்து ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு சுடேற்றி 4ல் ஒரு பங்காக சுண்ட வைத்து வடிகட்டி ஒரு டம்ளர் எடுத்து சூடாகயிருக்கும்போது வெண்ணெய் 2 தேக்கரண்டியளவு போட்டு காலை மாலை ஒரு வாரம் சாப்பிட சகல உஷ்ண நோய்கள் தீரும். நீர்க்கடுப்பு நீர் தாரையில் வரும் ரத்தம் முதலிய நோய்களும் குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 31. எனக்கு திருமணமாகி 2 குழந்தைகள் உண்டு. எனக்கு சிறுநீரில் மேகம் [இந்திரியம்] போகிறது. சாதாரணமாக சிறுநீர் கழித்தால் கூட நீர் கடுக்கிறது. மனைவியுடன் உடலுறவு கொண்ட பின் சிறுநீர் கழித்தால் தாங்க முடியாத நீர்க்கடுப்பு வந்து விடுகிறது. விந்தும் சீக்கிரம் வெளியேறி விடுகிறது. நாளுக்கு நாள் மெலிந்து வரும் என் உடல் நல்ல குணம் பெற மருந்து கூறுங்கள்.

- கோ.கருப்பையா, நாகர்கோயில்

உங்கள் உடலில் உள்ள கொடிய வெப்பத்தால் நீங்கள் குறிப்பிட்டுள் நோய் உண்டாகிறது. சந்தனக் கட்டையை கல்லில் உரசி ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சந்தனம் எடுத்து காலை வெறும் வயிற்றில் தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

அமுக்கிரா கிழங்கு என்னும் அசுவகந்தி நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் 200 கிராம் வாங்கி நன்றாக இடித்து தூள் செய்து சலிக்கவும். அதன் அளவுக்கு கற்கண்டு தூள் சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு காலையிலும், இரவு படுக்கும் போதும் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து பசும்பாலில் சாப்பிட்டு வந்தால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! என் மகன் அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கிறான். அவன் வயது 12. 3 மாதமாக இப்படி இருக்கிறது. எரிச்சல் இல்லை என்கிறான். 10 நிமிடத்துக்கு ஒருமுறை செல்கிறான். இதற்கு சித்த வைத்தியம் சொல்லுங்கள்.

- டி.மாரிசாமி, சென்னை-1

நட்டுக் கொடி என்று ஒரு மூலிகை உண்டு. அதை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணமாக்கிக் கொள்ளவும். அதில் அரை தேக்கரண்டி காலை, மாலை தண்ணீரில் கொடுத்து வந்தால் நீர் அதிகமாகப் போவதைக் குறைக்கும். அது கிடைக்காவிட்டால் வீட்டில் அரைக்கீரை அல்லது தொட்டால் சுருங்கி இலைகளும் நீரைக் கட்டுப்படுத்தும்.

தனித்தனியாகவோ மூன்றையும் சேர்த்தோ அல்லது இரண்டை மட்டும் சேர்த்தோ இடித்து சூரணம் செய்து உபயோகிக்கலாம். 13 வயதுக்குள்

நீரிழிவு வருவது மிகவும் வேதனைக்குரியது. ஆகவே இதை உடன் செய்து கொடுக்கவும்.

ஐயா! என் வயது 78. எனக்கு சில காலமாக சிறுநீர் அடிக்கடி கழிய வேண்டியது இருக்கிறது. ஆகவே இதை போக்குவதற்கு மருந்து கூறுவீர்களானால் மிகவும் நன்றி உள்ளவனாக இருப்பேன். இதனால் மிகவும் கஷ்டப்படுகிறேன்.

- எம். இப்ராகிம், சென்னை-13

60 வயதிற்கு மேல் சிலருக்கு சிறுநீர் அடிக்கடி வெளியாகும். மலச் சிக்கல், அடிவயிற்றில் கொதிப்பு ஆகியவை இருந்தாலும் சிறுநீர் அடிக்கடி போகும். மலச்சிக்கல் ஏற்படாமல் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சிறுகட்டுக் கொடி என்ற ஒரு மூலிகை உள்ளது. பச்சிலை மருந்துக் கடைகளில் கேட்டால் கொடுப்பார்கள். அதில் கொஞ்சம் வாங்கி எந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து கொண்டு காலையில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தண்ணீரில் சாப்பிடவும். சிறு கட்டுக்கொடி கிடைக்காவிட்டால், ஒரு கடுக்காய் தோலில் பாதி எடுத்து தினமும் காலை மாலை மென்று உமிழ்நீரில் கலந்து சாப்பிடவும்.

ஐயா! நான் கடந்த ஆண்டு இடதுபுற விரை வீக்கத்திற்கு ஆபரேசன் செய்து கொண்டேன். ஆபரேசனுக்கு முன் உடல் முழுவதும் கை, கால், இடுப்பு ஆகிய இடங்களில் வலி இருந்தது. ஆபரேசனுக்கு பின் விரை வீக்கம் குணமாகி விட்டது. ஆனால் மேற்கண்ட வலி குணமாகவில்லை. வாயுத் தொல்லை, அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல் போன்ற கோளாறுகள் உள்ளன. ஆகவே இதற்கு தாங்கள் நல்ல மருந்து கூறுங்கள்.

- எஸ்.ராமச்சந்திரன், பல்லாவரம்

அடிக்கடி சிறுநீர் கழிப்பது நல்லதல்ல. அது உடலை மிகவும் பலவீனப்படுத்தும். வில்வ காயை உடைத்து உள்ளே இருக்கும் சதையை 2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு நன்றாக கொதிக்க வைக்கவும். நீர் அரை தம்ளராக வற்றிய பின் இறக்கி வடிகட்டி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும்.

இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் சிறுநீர் சம்பந்தப்பட்ட கோளாறுகள் நீங்கி அடிக்கடி சிறுநீர் போவது குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 55. ரத்தக் குறைவு, நரம்புத் தளர்ச்சி, பலவீனம், கண் பார்வை குறைவு, வாயு தொல்லை, அளவுக்கு மீறி சிறுநீர் கழிதல், கால் பாதத்தில் பித்த வெடிப்பு, ஜீரண சக்தி குறைவு, மலச்சிக்கல் இன்னும் பல வியாதிகள் உள்ளன. இவற்றை குணமாக்க மருந்து தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கே.ரங்கசாமி, பட்டுக்கோட்டை

தங்களுக்கு சிறுநீர் அதிகமாக போவதால் பலவித நோய்கள் வர வாய்ப்பு உள்ளது. கட்டுக் கொடி என்ற மூலிகையில் சிறுகட்டுக்கொடி விசேஷமானது. இதன் இலைகளை அரைத்து கழற்சிக்காய் அளவுக்கு எடுத்து காலையில் சாப்பிடவும். 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் நீர் அதிகமாகப் போவது கட்டுப்படும். இந்த இலைகள் பச்சையாக கிடைக்காவிட்டால் இலையை உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து வைத்துக் கொண்டு ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து பசும்பாலில் சாப்பிடவும்.

கட்டுக் கொடி இலை கிடைக்காவிட்டால், ஆனை நெருஞ்சி செடியை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். இடிக்கும் முன்பு சிறிது நேரம் வெயிலில் வைத்து எடுத்து இடித்து நன்றாக தூள் செய்து கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு காலையிலும், மாலையிலும் சாப்பிடவும்.

மலச்சிக்கலுக்கு: பிஞ்சுக் கடுக்காய் வாங்கி சிறிது விளக்கெண்ணெய் விட்டு வறுத்து இடித்து சூரணம் செய்து கொண்டு இரவு படுக்கும்போது அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து வெந்நீரில் சாப்பிடவும்.

ஐயா! என் வயது 19. என்னுடைய ஆண் குறியில் கடந்த 2 வாரமாக வெள்ளையாக சீழ் வருகிறது. சிறுநீர் கழிக்கும்போது தாங்க முடியாத வலி ஏற்படுகிறது. நான் இதுவரை எந்த தவறும் செய்ததில்லை. இப்போது எஸ்எஸ்எல்சி பரீட்சை எழுதினேன். இந்த நோயினால் சரியாகத் தேர்வு எழுத முடியவில்லை. இதில் இருந்து என்னைக் காப்பாற்றி மருந்து கூறுங்கள்.

- பிரபு, திண்டிவனம்

அதிக உஷ்ணத்தால் இப்படி உண்டாகிறது. கடுக்காய் தோல், நெல்லிக்காய் தோல், தானிக்காய் தோல் மூன்றும் சம அளவு வாங்கிக் கொள்ளவும். நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் இதை திரிபலா என்பார்கள். இவற்றை நன்றாக உலர்த்தி இடித்து பொடி செய்து ஜலித்துக் கொள்ளவும். நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும் சந்தனப் பொடியும் இந்த சூரணத்தின் அளவு வாங்கவும். பிறகு இரண்டையும் கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை அரை தேக்கரண்டி வீதம் தண்ணீருடன் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 63. இரவில் சிறுநீர் கழிப்பதில் தாமதம் ஏற்படுகிறது. முதலில் சொட்டு சொட்டாக போய், கடைசியில் தான் முழுவதும் போகிறது. தனியார் டாக்டரிடம் சோதித்ததில்

மூத்திரக்காய் விரிந்து இருக்கிறது என்றும் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் சொன்னார்கள். அரசாங்க மருத்துவமனை டாக்டர் ஆபரேசன் தேவை இல்லை. தினசரி காலையில் எழுந்ததும் உட்கார்ந்து உட்கார்ந்து எழுந்திருக்கும்படி சொன்னார். இதற்கிடையில் கோட்டக்கல் ஆயுர்வேத வைத்தியருக்கு எழுதி மருந்து சாப்பிட்டு வருகின்றேன். தங்கள் ஆலோசனையையும் தெரிவியுங்கள்.

- வி.ஆர்.பொன்னம்பலம், சிதம்பரம் நகர், தூத்துக்குடி

தமிழ் வைத்தியத்தில் சதை அடைப்பு என்பர். நீர்த்தாரையில், நீர்க்குண்டி பகுதியில் வீக்கம் ஏற்பட்டு சதை வளர்ந்து தாரை அடைப்பதால் மூத்திர அடைப்பு ஏற்படும். இது சாதாரணமாக 60 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு வருவதுண்டு.

கண்ணுப்பிள்ளை என்னும் சிறு பீழை மூலிகையை கொண்டு வந்து நிழலில் உலர்த்தி 10 கிராம் அளவு எடுத்து இடித்து தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டவும். வெண்காரத்தைப் பொடி செய்து இரும்புச் சட்டியில் போட்டு சூடு செய்தால் பஸ்பமாகி விடும். இந்த தூளை எடுத்து புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். சிறுபீழை கசாயம் ஒரு தம்ளர் எடுத்து, தூளில் 2 சிட்டிகை போட்டு கலக்கி காலை, மாலை சாப்பிட்டு வந்தால் சதை கரைந்து சிறுநீர் நன்றாக போகும். 40 நாட்கள் முதல் மாதக் கணக்கிலும் சாப்பிடலாம்.

ஐயா! என் மகனுக்கு ஒரு வயது ஆகிறது. அவன் சிறுநீர் கழிக்க மிகவும் சிரமப்படுகிறான். அதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்று தெரிவியுங்கள்.

- ஆர்.கலியாணம், நாகப்பட்டினம்

ஒரு வயதுடைய குழந்தைக்கு சிறுநீர் அடைப்பு வருவது வருத்தத்த்க்கது. பால் கொடுக்கும் தாய் ஆகாரத்தில் மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். கோழி, மீன், கருவாடு, சுறா முதலிய புலால் வகை களை தாய் சாப்பிட்டால் குழந்தைக்கு கரப்பான், கழலை, சிரங்கு, மாந்தம், இசிவு முதலிய நோய்கள் தொடரும். சிறுநீரும் தடைபடும்.

பச்சை மிளகாயை சாதாரணமாக அனைவருமே புறக்கணிக்க வேண்டும். அதனால் மூல நோய், சிறுநீர் அடைப்பு, சிறுநீரில் ரத்தம் முதலிய நோய்கள் வரக் கூடும். உங்கள் குழந்தைக்கு கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயார் செய்து தரவும். உஷ்ண சம்பந்தமான பிணிகள் உள்ள குழந்தைகள் அனைவருக்குமே இம்மருந்தை கொடுக்கலாம்.

விளக்கெண்ணெய் 250 மில்லி, சோற்றுக் கற்றாழையுடைய மடல்களை மேல் தோல் எடுத்துவிட்டு, உள்ளிருக்கும் வெண்மையான சோற்றை எடுத்து ஒரு பீங்கான் அல்லது மண் பாத்திரத்தில் இட்டு கடுக்காய் தூள்

போட்டு பிசைந்தால் தண்ணீர் சுரக்கும். பிறகு அதை நன்கு அழுத்தி, அழுத்தி விட்டால் வேண்டிய அளவு வரும். இந்த தண்ணீர் 250 மில்லி எடுத்து விளக்கெண்ணெயில் ஊற்றி அடுப்பேற்றி சிறு தீயாய் எரிக்கவும். நீரெல்லாம் சுண்டி தைலத்தில் வரும்போது இறக்கி வைத்துக் கொண்டு இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு ஒரு அவுன்ஸ் பசும் பாலில் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு குழந்தைகட்கு ஊற்றவும். இந்த எண்ணெயை பிறந்த குழந்தைகளுக்குக் கூட தரலாம். 5 முதல் 10 சொட்டுகள் மேற்கூறியபடி கொடுக்கவும். மலம் நன்றாக கழியும்.

வைசூரி, சொறி சிரங்கு முதலிய நோய்கள் குழந்தைகளுக்கு வராது. டாக்டர்கள் விளக்கெண்ணெய் கொடுக்க வேண்டாம் என்று கூறுவார்கள். அது முற்றிலும் தவறான அறிவுரை. இந்த எண்ணெயை ஊற்றிக் கொண்டு வந்தால் சிறுநீர் அடைப்பு குழந்தைகளுக்கு உண்டாகாது. இது குழந்தைகளுக்கு ஒரு சஞ்சீவி. உஷ்ண நோயால் அவதிப்படும் குழந்தைகளுக்கு இந்த எண்ணெயை வயிற்றின் மேலும் தடவி விடலாம். நம் நாட்டு வெப்ப தட்ப நிலைக்கு உகந்தது. விளக்கெண்ணெய் இதற்கு வளர்ப்பு எண்ணை என்று பெயர். இதை டிரிபில் ஆன்டிஜென் என்றும் கூறுவர்.

ஐயா! எனக்கு வயது 55. சிறுநீர் கழிப்பதில் எனக்கு சிரமம் ஏற்பட்டதால் ஆபரேசன் செய்ததில் 500 கிராம் எடையுள்ள கல் ஆப்பிள் பழம் அளவுக்கு எடுக்கப்பட்டது. அதன்பின் குழாய் வைத்து அனுப்பி விட்டார்கள். மாதம் ஒரு தடவை சென்று அதை சுத்தம் செய்து வருகிறேன். இருப்பினும் சிறுநீரில் சளி போலவும், மணல் போன்றும் வெளியாகிறது. எனவே இந்த நோய் முற்றிலும் தீர மருந்து சொல்ல வேண்டுகிறேன்.

- ரெ.சா.நாதன், ஆலங்குடி

சிறுநீரில் கோளாறு வருபவர்களுக்கு கீழ்க்கண்ட மருந்து நல்ல குணம் தரும்.

படிகாரம் வாங்கி ஒரு கோலி அளவு எடுத்துக் கொண்டு பொடி செய்யவும். ஒரு இளநீர் வாங்கி அதில் துளை செய்து அதற்குள் இந்தப் படிகாரப் பொடியை போட்டு இரவில் பனியில் வைக்கவும். காலையில் அதை எடுத்து கலக்கி வெறும் வயிற்றில் குடிக்கவும். இப்படி 20 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் சிறுநீர் சம்பந்தப்பட்ட கோளாறு நீங்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 32. சிறுநீர்த் தாரையில் அடிக்கடி ரத்தம் வருகிறது. கடுப்பும், குத்தலும் உள்ளது. கை கால் அசதியாக இருக்கிறது. உடல் வெப்பமாக உள்ளது. ஊசி போட்டால் தற்காலிகமாக நிற்கிறது. மீண்டும் வருகிறது. ஆகவே நிரந்தர குணம் கிடைக்க தாங்கள் உதவ வேண்டுகிறேன்.

- எம்.வின்சென்ட், நாகர்கோயில்

ஆவாரம் அரிசி, சந்தனத்தூள், சீரகத்தூள், சர்க்கரை ஆகியவற்றை எடுத்துக் கொண்டு சர்க்கரை தவிர மற்றவைகளை சேர்த்து இடித்து சலித்து சூரணம் செய்யவும். அதன் அளவுக்கு சர்க்கரை சேர்த்து புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அரைத் தேக்கரண்டி வீதம் காலை மாலை எடுத்து எலுமிச்சை பழச் சாறு விட்டு பிசைந்து சாப்பிடவும். 20 நாட்கள் இப்படி சாப்பிட்டால் குணம் கிடைக்கும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் கோழி, மீன், கருவாடு போன்றவை சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! சிவாம்பு [சிறுநீர்] அருந்துதல் பற்றி உங்களுடைய ஆலோசனை என்ன? சிவாம்பு அருந்துதல் சர்வரோக நிவாரணி என்று கூறப்படுவதை எந்த அளவு ஏற்றுக் கொள்வது? பாம்புக் கடிக்கு வாழைமட்டைச் சாறு கொடுக்கலாமா? எல்லா பாம்புக் கடிகளுக்கும் பொருந்துமா?

- செங்கோடன், சமுத்திரம் சேலம், சின்னப்பட்டி

சிவாம்பு என்னும் தன் சிறுநீரையே அருந்துவது சர்வரோக நிவாரணி என்று கூறப்படுவதை ஒரு அணு அளவும் ஏற்றுக் கொள்ளாதீர்கள். அது பிரச்சினைக்குரிய விஷயமாகும். திருமூலர் என்னும் சித்தர் அமுரிதாரனே அதிகாரத்தின் கீழ் சில பாடல்களை அமைத்துள்ளார். அந்த அமுரியை ஒருவன் சாப்பிட்டால் ஓராண்டிற்கு உடல் ஒளி தரும் என்றும் காயம் காணிலும் பிரகாசிக்கும் என்றும் சொல்லி உள்ளார். இந்த சிறுநீரைப் பற்றி எழுதுவது என்றால் பல பக்கங்கள் ஆகும்.

ஆகவே ஒரு வருடம் சாப்பிட்டாலே உடல் தங்கம் ஆகும் என்று திருமூலர் சொல்லி உள்ளாரே. ஆனால் யாராவது அவ்விதம் குடித்து தங்க உடலை பெற்றவர்களை நாம் பார்த்து இருக்கிறோமா? இல்லை. சித்தர்கள் சொல்லும் பரிபாஷையின் உட் பொருளை அறியாமல் நம் நாட்டில் பிரதம மந்திரியாக இருந்த மொரார்ஜி தேசாய் என்பவர்கள் மூத்திரம் குடித்து கண்ட பலன் என்ன என்பதை இதுவரையில் யாரும் கண்டிலர். இந்தப் பாடலைச் சொல்கிறேன்.

தெளி தருமிந்தச் சிவநீர் பருகி
ஒலிதரு மோரலாண்டிதாள ஒன்றில்லை
வளியுறு மெட்டின் மனம் தொடுங்குங்
குளியுதருங் காயங்கள் கமதாமே

இந்தப் பாடலின் பொருளை அனர்த்தம் செய்து சிவநீர் என்பதை மூத்திரம் என்று பெயர் கொண்டு தன்னுடைய மூத்திரத்தை குடித்துக் கெட்டவர்கள் பலரை நான் பார்த்து உள்ளேன். (இருக்கிறேன். ஆகவே தாங்கள் இந்த சர்ச்சை உள்ள சாக்கடை நீரை விட்டுவிட்டு ஆன்மிக நெறியில் வாழ்க்கையைத் திருப்புங்கள்.(ஆரம்பியுங்கள்).

பாம்புக் கடிக்கு வாழைப்பட்டை சாறு 3 அவுன்ஸ் அளவுக்கு மணிக்கு ஒரு முறை 4 (அ) 5 முறை கொடுக்கவும். விஷம் முறியும்.

ஐயா! எனக்கு 29 வயது ஆகிறது. கடந்த 2 வருடங்களாக எனக்கு சிறுநீருடன் இந்திரியம் கலந்து செல்கிறது. எந்த வித கெட்ட பழக்கமும் இல்லை. டாக்டரிடம் சொல்லி மாத்திரை சாப்பிட்டேன். குணம் இல்லை. கல்யாணம் ஆனபின் சரியாகி விடும் என்றார்கள். ஒரு நாளுக்கு 2 தடவை மேல் இப்படி போகிறது. என் உடல் மெலிந்து விட்டது. என் வாழ்வு மலர தங்கள் பதிலை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- அருவ மாணிக்கம், புதுக்கோட்டை

தங்கள் நோயை சித்த மருத்துவத்தில் 'தந்தி மேகம்' என்பர். இது உடலை அதிகமாக பாதிக்கும். உஷ்ணமான பண்டங்களை சாப்பிடக் கூடாது. காய்கறி கூட நீர் சத்துள்ளவைகளை உபயோகிக்க வேண்டும். பீர்க்கன்காய், புடலை, பூசணி போன்றவைகளை சாப்பிட வேண்டும்.

சந்தனம் அரைக்கும் கல் வாங்கிக் கொண்டு சந்தன கட்டையை அதில் உரசி ஒரு தேக்கரண்டி அளவு கல்கம் சேர்த்துக் கொள்ளவும். இதை தினசரி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இப்படி 3 மாதங்கள் சாப்பிட்டால் உடல் குளிர்ச்சி அடைந்து தந்தி மேகம் குணமாகும். பத்தியம் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 30. திருமணமாகி குழந்தைகளும் உள்ளனர். எனது தொடைகளின் இரு பக்கமும் நெறி கட்டிகள் போன்று கட்டிகள் நான்கைந்து ஆண்டுகளாக உள்ளன. கால்களிலோ கைகளிலோ வேறு எவ்வித புண்களும் இல்லை. அதனுடைய பாதிப்பு சிறு நீரகங்களிலும் உள்ளது. இதிலிருந்து நிவாரணம் பெற உங்கள் மருத்துவ ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- இளமணியன், லாலாபேட்டை

புற்றுக்களில் குவிந்திருக்கும் மண்ணை எடுத்து வந்து கல் இல்லாமல் ஜலிக்கவும். அதை நீர் விட்டு குழப்பி கட்டிகளின் மேல் வைத்து நன்கு உலரும் வரை படுத்திருக்கவும். தினமும் இப்படி செய்து வந்தால் கட்டிகள் மறையும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 28. என் தொடைகளின் இரு பக்கமும் நெறி கட்டிக் கொண்டு சிறுநீரகத்தின் தோல் பருத்து உள்ளது. ஆங்கில மருந்து சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. இதற்கு நீங்கள் தகுந்த மருந்து கூறுங்கள்.

- சுந்தர், திரு.வி.க. நகர்

இதற்கு சுக்கு 5 கிராம், மிளகு 5 கிராம், பரங்கிப்பட்டை 5 கிராம். இந்த மூன்றில் சுக்கை வறுக்கக் கூடாது. பரங்கிப்பட்டையை ஒன்றிரண்டாக இடித்துக் கொள்ளவும். மிளகு, பரங்கிப்பட்டை இந்த இரண்டையும் தனித் தனியே லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.

சுக்குவை மேல் தோல் நீக்கிக் கொள்ளவும். பிறகு இம்மூன்றையும் தூளாக இடித்து நாலு கோப்பை தண்ணீரில் போட்டு மண்சட்டியில் போட்டுக் காய்ச்சவும். 20 கிராம் பனை வெல்லத்தை சேர்த்துக் காய்ச்சவும். 4 கோப்பை நீர் ஒரு கோப்பையாக கண்ட வைத்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். காலை வெறும் வயிற்றில் அரை கோப்பை, மாலை 6 மணிக்கு அரை கோப்பை வீதம் சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் விடாமல் சாப்பிடவும். கால், கை, முட்டி வலிகள், உடல் வலிகள் முதலியன நீங்கும். இது அனைவரும் சாப்பிடக் கூடியது. பரங்கிப்பட்டை எனும் சரக்கு நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்.

இந்தக் கஷாயத்தை காலை மாலை சாப்பிடவும். சிறுநீரகப் - உடலில் ஆங்காங்கு உள்ள வீக்கங்கள் குணமாகும். கெச்சக்காய் 50 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளவும். அதை தட்டினால் அதனுள் பருப்பு இருக்கும். அந்தப் பருப்பில் இரண்டை எடுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கு சிறு துண்டு. முருங்கப்பட்டை ஒரு ரூபாய் அளவு இம்மூன்றையும் தண்ணீர் விட்டு நன்கு அரைத்து குழம்பு பருவத்தில் எடுத்து அடுப்பில் சுட வைத்து இறக்கி வைத்துக் கொண்டு லேசான சூட்டுடன் வீக்கங்கள் மேல் போடவும். இப்படி சில நாட்கள் செய்யவும். தங்களுடைய நோய் குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 42. கடந்த 6 ஆண்டுகளாக சர்க்கரை வியாதி உள்ளது. மாத்திரைகள் சாப்பிட்டும் குணம் ஆகவில்லை. உடல் மெலிந்து வருகிறது. உடலில் ஒரு தளர்ச்சி காணப்பட்டு வருகிறது. இதைக் குணப்படுத்த தாங்கள் மருந்தும், கடைப்பிடிக்க வேண்டிய முறைகளையும் சொல்லுங்கள்.

- கண்ணன், கோவை

வயது முதிர்ந்த வேப்ப மரப்பட்டை, அத்திப்பட்டை, ஆலம்பட்டை, நாவல் பட்டை ஆகியவைகளில் சம அளவு எடுத்து, நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

இதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 தம்ளர் தண்ணீரில் சேர்த்து கண்டும் அளவுக்கு கொதிக்க வைக்கவும். அதனுடன் பால் சேர்த்து அல்லது அப்படியே காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இப்படி வருடக் கணக்கில் கூட சாப்பிடலாம். வேறு நோய் வராது.

ஆங்கில மருந்து சாப்பிட்டால் இதை சாப்பிடும் போது அதையும் சில நாட்கள் வரை தொடர்ந்து சாப்பிடுங்கள். இரண்டொரு மாதம் ஆன பின் ஆங்கில மருந்தை பாதி அளவுக்குக் குறைத்துக் கொள்ளவும். அதன் பின் முழுவதும் நிறுத்தவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 29. அடிக்கடி சிறுநீர் வருகிறது. மருத்துவ மனையில் சிறுநீர் பரிசோதனை செய்துவிட்டு ஒன்றுமில்லை என்று கூறிவிட்டனர். எனக்கு நரம்புத் தளர்ச்சியும், ஞாபக மறதியும் உள்ளது. இதற்கு தங்கள் மருத்துவ முறையை தெரிவியுங்கள்.

- எஸ்.சீனிவாசன், கோடம்பாக்கம்

29 வயதில் தங்களுக்கு நீரிழிவு நோய் வருவது வருந்தத்தக்கது. திருமணம் ஆகிவிட்டதா என்பது தெரியவில்லை. எப்படி இருப்பினும் தங்களுக்கு நல்ல பழக்க வழக்கங்கள் இல்லை என்பது தெரிகிறது.

கட்டுக்கொடி என்ற மூலிகையில் 1 கிலோ வாங்கி நிழலில் உலர்த்தி, இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதில் காலை அரை தேக்கரண்டி, மாலை அரை தேக்கரண்டி வீதம் தண்ணீரில் சாப்பிடவும். இதனால் நீரிழிவுநோய் குணமாகும்.

அந்த மூலிகை கிடைக்காவிட்டால், விராலி இலை என்பது மலைப் பகுதியில் கிடைக்கும். அந்த இலைகளைப் பறித்து வந்து மேற்சொன்ன முறைப்படி நிழலில் உலர்த்தி காலை 7 இலைகளும், மாலை 7 இலைகளும் மென்று பால் சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 58. நான் பல தொழில்கள் செய்து குடும்பத்தைக் காப்பாற்றி வருகிறேன். கடந்த 6 வருடங்களாக சர்க்கரை வியாதி என்னும் நீரிழிவு நோயால் அவதிப்பட்டு வேலை செய்ய முடியாமல் இருக்கிறேன். சுமார் 800 ஊசிகள் போட்டாகி விட்டது. ஆனால் நோய் குணமாகவில்லை. தயவு செய்து என் வியாதிக்கு வைத்தியம் கூறி காப்பாற்ற வேண்டும்.

- என்.பி.செல்லப்பன், மதுக்கரை

நீங்கள் மனம் உடைந்து கடிதம் எழுதி உள்ளீர்கள். மனோபலம் குறைந்தால் வியாதி அதிகமாகும். 100க்கு 90 வியாதிகள் மனத்தை ஒட்டியதாக உள்ளது. ஆகவே பயப்படாதீர்கள். தைரியமாக இருங்கள்.

தாங்கள் இந்தப் பகுதியில் முதலாவதாக இடம் பெற்றுள்ள கண்ணன், கோவை வாசகருக்கான சூரணத்தைப் பயன்படுத்தவும். எந்த மருந்து சாப்பிட்டாலும் இதைத் தொடர்ந்து விடாமல் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 26. தொழில் மர வேலை. எனக்கு கடந்த மூன்று மாத காலமாக அடிக்கடி சிறுநீர் கழிந்து வருகிறது. இதுவரை இதற்கு எந்தவித முறையான வைத்தியங்களும் செய்யவில்லை. இது எனக்கு மிகவும் உபத்திரவமாக இருக்கிறது. என்னிடம் புகை பிடித்தல், மது குடித்தல் போன்ற பழக்கங்கள் அறவே இல்லை. ஆகவே தாங்கள் தயவு கூர்ந்து அடிக்கடி சிறுநீர் கழிதலை நிறுத்த முறையாக என்னென்ன செய்ய வேண்டும்? எந்தவிதமான மருந்துகள் உட்கொண்டால் குணமாகும் என்பதையும், எவ்வித உணவுகளை உட்கொள்ள வேண்டும்? பத்தியம் இருக்க வேண்டுமா என்பதையும் தெரிவிக்கும்படி மிகவும் மன்றாடிக் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

-எம்.முத்து, வி.ஆர்.பி. மேடு, கோவை-15

அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தால் இந்நோய்க்கு நீரிழிவு என்று சொல்வர். மதுமேகம் நோய்கள் உள்ளவர்களுக்கு கூட இவ்விதம் நீர் இறங்குவது உண்டு.

வில்வவேர் பட்டை 20 கிராம் இடித்து ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் இட்டு கால் லிட்டராகக் காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு 2 அவுன்ஸ் அளவு கஷாயத்தை கொஞ்சம் நல்ல வெல்லம் சேர்த்து சாப்பிடவும். காலை வெறும் வயிற்றிலும், மாலை 6 மணிக்கும் சாப்பிடவும். ஒருமுறை போட்ட கஷாயம் 2 நாட்கள் வைத்துக் கொள்ளலாம். அவ்வப்போது சூடு செய்து சாப்பிடவும். பட்டையை கிடைக்கும் போது நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

வில்வவேர்ப்பட்டை கிடைக்காதவர்கள் ஆவாரம் இலையை எடுத்து வந்து இடித்து சாறு பிழிந்து ஒரு அவுன்ஸ் சாறில் ஒரு சிட்டிகை மஞ்சள் தூள் கலக்கி காலை, மாலை 20 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

இதுவும் கிடைப்பது சிரமமாகில் முகத்திற்கு பூசும் மஞ்சள் கொம்புகளை வாங்கி மேல் தோல் சீவி விட்டு நன்கு இடித்து சலித்து மை போல் செய்து கொள்ளவும்.

இந்த மஞ்சள் தூளை 2 கிராம் அளவு எடுத்து காலை, மாலை தேனில் சாப்பிட்டு வரவும். இம்மருந்து சாப்பிடும் காலம் வரை பெண் உறவு கூடாது. புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 50. என் இடது முழங்கையில் சுமார் ஒரு வருடமாக வலி இருந்தது. டாக்டரிடம் காண்பித்தேன். ஆக்சிரின் என்ற மாத்திரை சாப்பிட்டேன். உடன் வலி நின்றது. பிறகு வலி ஏற்பட்டு காண்பித்ததில் நீர் பரிட்சை செய்ய சொன்னார். அதில் சர்க்கரை வியாதி உள்ளது என்று சொன்னார். அதற்கு மாத்திரை எழுதிக் கொடுத்தார். சாப்பிட்டு வருகிறேன். கையின் வலியும் குறைந்துள்ளது.

டாக்டரிடம் கேட்டதற்கு பூரண குணம் கிடைக்காது. இப்படியே இருக்க வேண்டும். சர்க்கரை அதிகமானால் இன்சுலின் போட வேண்டும் என்று சொன்னார். இதுவரை நான் இன்சுலின் போட்டுக் கொள்ளவில்லை. என்னுடைய தகப்பனாருக்கும் இந்த சர்க்கரை வியாதி இருந்தது. அவர் இதில் மிகவும் கொடுமைப்பட்டு இறந்து 20 வருடமாகிறது.

ஆகவே இந்த நோயை முற்றிலும் குணப்படுத்த மருந்து தெரிவியுங்கள்.

- எஸ்.லட்சுமணன், திருச்சி-8

நித்திய கல்யாணி என்ற பூச்செடி பல இடங்களில் கிடைக்கும். இதில் 2 வகை நிறமுள்ள பூக்கள் பூக்கும். எதுவானாலும் பரவாயில்லை. ஒரு செடி முழுமையும் வேருடன் எடுத்து நன்றாக நறுக்கி ஒரு சட்டியில் போட்டு ஒரு லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றி அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். அதை கால் லிட்டராக வற்ற வைக்கவும். பிறகு வடிகட்டி அதில் பாதி காலையும், மாலை பாதியும் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி 20 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

அதன் பிறகு மேற்படி நித்தியகல்யாணி பூ மாத்திரம் 40 எடுத்து ஒரு தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு கொதிக்க வைத்து, வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். பல மாதங்கள் சாப்பிட வேண்டும்.

உணவில் கசப்பு காய்கறிகள் அதாவது பாகற்காய், சுண்டக்காய், வேப்பம்பூ முதலியன உபயோகிக்கலாம்.

ஐயா! என் பெண் குழந்தைக்கு 11 வயது. திடீரென்று ஒரு நாள் ஜுரம் வந்தது. டாக்டரிடம் சோதித்துப்பார்த்ததில் நீரில் சர்க்கரை இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. சிறு குழந்தையாக இருப்பதால் வைத்தியம் தேவை இல்லை. தினசரி கோதுமை ரொட்டி, சத்துணவு கொடுத்து வந்தால் போதும் என்று கூறி விட்டார். ஆனால் ரத்தத்தில் லேசாக சர்க்கரை இருப்பதாகக் கூறியதால் கவலையாக உள்ளது. தயவு செய்து இதற்கு தகுந்த ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- என்.நவமணி, திருச்சி

தங்கள் குழந்தை பற்றிக் கவலைப்பட வேண்டாம். ஜுரம் பல நாட்கள் அடித்தால் ஆல்புமின் என்னும் உப்புச் சத்து அல்லது சர்க்கரை சத்து நீரில் கலந்து இறங்கக் கூடும். டாக்டர் சொன்னபடி சத்துள்ள உணவு கொடுத்து வந்தால் நீரில் சர்க்கரை இறங்குவது நின்று விடும். குழந்தைக்கு சர்க்கரை நோய் வந்துவிட்டதே என்று பயந்து, அதற்கான ஆங்கில மருந்துகளை கொடுக்க வேண்டாம். அப்படி கொடுத்து பழகிவிட்டால் சிறுநீர்ப்பை பழுதுபடக் கூடும்.

இனிப்புப் பண்டங்களைக் கொடுக்காமல் நிறுத்தி விடவும். கேழ்வரகு என்னும் ராகியை மால்ட் ஆகவோ, கஞ்சியாகவோ காய்ச்சி தினம் ஒரு வேளை கொடுத்து வந்தால் இனிப்புச் சத்து குறையும். அப்படியும் குறையவில்லை என்றால் வேர்க்கடலை பருப்பு வேண்டிய அளவு வறுத்து சாப்பிட்டு வந்தால் டயாபடீஸ் மெலிடஸ் என்னும் நோய் கூட குணமாகும். வேர்க்கடலை சத்து மட்டும் அல்ல, சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்களுக்கு நல்ல பலனைத் தரும்.

ஐயா! எனக்கு 48 வயதாகிறது. சிறுநீரில் 0.5 சதவீதம் சர்க்கரை இருப்பதாக டாக்டர் சொன்னார். இன்றுவரை இதனால் எனக்கு தொந்தரவு இல்லை. ஆனால் இது அதிகமாகலாம் என்று கருதுகிறேன். ஆகவே இதற்குரிய மருந்து முறைகளையும் உணவு முறைகளையும் தெரிவியுங்கள்.

- என்.ராமச்சந்திரன், திருவாரூர்

சிறுநீரில் புள்ளி 5 சதவீதம் சர்க்கரை இருப்பது பற்றி தாங்கள் கவலைப்பட வேண்டாம். இதை எளிதில் குணப்படுத்தி விடலாம். இனிப்பு பலகாரங்களை சாப்பிடாதீர்கள். உடற்பயிற்சி மிகவும் முக்கியம். காலை 5 மணிக்கு எழுந்து இரண்டு மூன்று மைல்கள் நடப்பது நல்லது.

தாங்கள் வியாபாரி போல் தோன்றுகிறது. கல்லாப்பெட்டியில் எப்போதும் உட்கார்ந்தால் சர்க்கரை நோய் வரும். நன்றாக நடக்க வேண்டும். இரவு சாப்பாட்டை 7 மணிக்குள் முடித்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு வேளை கோதுமை உணவு சாப்பிடுவது நல்லது.

இதற்கு மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்றால், கீழாநெல்லி இலையை அரைத்து ஒரு புளியங்கொட்டை அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு கோப்பை பசும் பாலுடன் சாப்பிடவும். இப்படி 40 நாட்கள் சாப்பிட்ட பின் சிறுநீரை பரிசோதித்தால் சர்க்கரை இருக்காது. மருந்து மட்டும் சாப்பிட்டால் போகாது. உடல் பயிற்சியும் தேவை.

ஐயா! எனக்கு 8 வருடங்களாக சர்க்கரை நோய் உள்ளது. என் வயது 48. நாட்டு மருந்தும் ஆங்கில மருந்தும் சாப்பிட்டு ஊசியும் போட்டு வந்தேன். இப்போது சிறுநீர் காய்ச்சியதுபோல ஒட்டின் நிறத்தில் உள்ளது. ஆகையால் இந்த சர்க்கரை நோயை தீர்ப்பதற்கு மருந்து கூறுங்கள்.

- பி.வாக, சென்னை-12

தங்கள் நோயை மதுமேகம் என்று சித்த வைத்தியத்தில் கூறுவார்கள். தங்களுக்கு இது மிகவும் கடுமையாக இருப்பதாகத் தெரிகிறது. கீழாநெல்லி மூலிகையின் இலைகளை உருவி அரைத்து ஒரு எலுமிச்சம்பழம் அளவுக்கு எடுத்துக் கொள்ளவும். காலை வெறும் வயிற்றில் வாயில் போட்டு தண்ணீர் அல்லது பசும்பால் சாப்பிடவும். 20 நாட்களுக்கு தினசரி சாப்பிட்டு வந்தால், நாளுக்கு நாள் மதுமேகம் எனும் டயாபடிஸ் மெலீடஸ் குணமாகும்.

ஐயா! என் தந்தை கடந்த ஆறேழு வருடங்களாக சர்க்கரை வியாதியினாலும், இரத்தக் கொதிப்பு நோயினாலும் கஷ்டப்பட்டு மாத்திரை மருந்து சாப்பிட்டு வருகிறார். தற்பொழுது அவருக்கு காலில் கட்டி போல் ஏற்பட்டு ஆபரேசன் செய்து கெட்டுப்போன இரத்தத்தை எடுத்து விட்டு தொடர்ந்து இரண்டு மாதமாக கட்டு கட்டி வருகிறார்கள். காலில் உள்ள புண் இன்னும் ஆறவில்லை. இப்பொழுது நீரில் சர்க்கரையும் இரத்தக் கொதிப்பும் கட்டுப்பாடாக உள்ளது. இரத்தத்தில் இனிப்பு உள்ளது. ஆனால் புண் ஆறவில்லை. அதிலிருந்து நீர் வடிகிறது. கால் பாதங்களும் சரப்பாக உள்ளது. அவர் சுகமடையும் புண் ஆறவும், சர்க்கரை வியாதியிலிருந்தும், இரத்தக் கொதிப்பு நோயிலிருந்தும் உ கிரந்தமாக சுகம் பெறவும் தாங்கள் கூறும் ஆலோசனையை மிகவும் ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறேன்.

- எல்.நாராயணசாமி, நாகப்பட்டினம்

தங்கள் நோய் மேக சம்பந்தமானது. புங்கம்பூ 1 லிட்டர், பசு நெய் 200 மில்லி எடுத்துக் கொள்ளவும். மண் சட்டியை அடுப்பேற்றி புங்கம் பூவை அதிலிட்டு நெய்யை சிறிது சிறிதாக விட்டு பூவை வதக்கவும். வதக்கிய பூவை காலை, மாலை நன்கு மென்று சாப்பிடவும். இப்படி ஒரு வாரம் குறையாமல் சாப்பிட மேகத்தினால் உண்டான புண் ஆறும்.

புலால், புளி, பீடி, சிகரெட், புகையிலை, ஏழு நாட்களும் உபயோகிக்கக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு ரத்தத்திலும் சிறுநீரிலும் சர்க்கரை இருக்கிறது. 4 வருடங்களுக்கு முன்பு 5 சதவீதம் இருந்தது. அலோபதி மருந்து, மாத்திரை, இன்சுலின் தொடர்ந்து உபயோகித்ததில் அது 3 சதவீதமாக குறைந்துள்ளது. அதற்கு மேல் குறையவில்லை. உடல் இளைத்து விட்டது. மலச்சிக்கல் உள்ளது. தாங்கள் அன்பு கூர்ந்து இதற்கு நல்ல மருந்து தெரிவிக்கவும்.

- க.கண்ணன், பொள்ளாச்சி

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, நெல்லிமுள்ளி, கடுக்காய் தோல் ஆகியவைகளை 20 கிராம் வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும். அவற்றை நன்றாக இடித்து தூளாக்கி சூரணம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினசரி காலையில் இந்த சூரணத்தில் ஒரு தேக்கரண்டிக்கு மூன்றில் ஒரு பங்கு அளவு எடுத்து வாயில் போட்டு தண்ணீர் குடிக்கவும். இப்படி 40 நாட்கள் சாப்பிட்டால் குணம் தெரியும். 3 மாதங்கள் வரை சாப்பிடலாம்.

ஐயா! நான் சர்க்கரை நோயால் அவதிப்படுகிறேன். ரத்தத்திலும், சிறுநீரிலும் சர்க்கரை இருப்பதாக டாக்டர் சொல்கிறார். அதற்காக இன்சுலின் ஊசி போட்டு வருகிறேன். ஊசிகள் போட்டு கை வலி தாங்க முடியவில்லை. கை வீங்கி மிகவும் கஷ்டப்படுகிறேன். சர்க்கரை நோயை குணப்படுத்த ஏதாவது நல்லல மருந்து கூறுங்கள்.

- கே.முருகன், மணப்பாறை

கீழாநெல்லி என்னும் மூலிகை சாதாரணமாக மக்கள் மஞ்சள் காமாலைக்கு அரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுப்பார்கள். ஆனால் இது சர்க்கரை நோய்க்கும் சிறந்த மருந்து என்பது பலருக்குத் தெரியாது. கீழாநெல்லியை வேருடன் பிடுங்கி மண் இல்லாமல் சுத்தம் செய்து ஒரு கைப்பிடி அளவு எடுத்து, அரை தேக்கரண்டி சீரகம் சேர்த்து நன்றாக அரைத்து காலை வெறும் வயிற்றிலும், மாலை 6 மணிக்கும் உள்ளுக்கு சாப்பிட வேண்டும். சாப்பிட்ட பின் பசும்பால் அல்லது காபி, டீ சாப்பிடவும். இப்படி தொடர்ந்து 3 மாதங்கள் சாப்பிட வேண்டும். மருந்து உட்கொள்ளும் நாட்களில் புலால் வகைகள் சாப்பிடக் கூடாது. புளி சேர்த்துக் கொள்ளாமல் இருந்தால் இன்னும் நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

இதுபோல் நித்திய கல்யாணி செடியும் சர்க்கரை நோய்க்கு நல்ல மருந்தாகும். அந்த செடிகளில் நாலைந்தை வேருடன் பிடுங்கி மண் இல்லாமல் அலசி இடித்து, புது மண் சட்டியில் போட்டு 4 தம்ளர் தண்ணீர் ஊற்றி அதனுடன் அரை தேக்கரண்டி சீரகம் பொடி செய்து போட்டு காய்ச்ச

வும். நீர் ஒரு தம்ளராக வற்றியதும் இறக்கி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். தினசரி 3 மாதங்கள் வரை இதை உபயோகிக்கவும்.

நித்தியகல்யாணி பூக்கள் 10 அல்லது 20 ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் ஊறப் போட்டு பாதியாக கண்ட வைக்கவும். இதை தினசரி செய்து வழக்கமாக சாப்பிட்டு வந்தால் சர்க்கரை நோய் அணுகாது.

இந்த நித்திய கல்யாணி செடிகளை தோட்டத்தில் வளர்க்கலாம். செடிகள் வைத்தால் தானாக பெருகிவிடும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 51.கடந்த 15 வருடங்களாக சிறுநீரில் சர்க்கரை இருந்து வருகிறது. கொஞ்ச நாட்களாக இரு கால்களிலும் கரண்டை காலுக்குக் கீழே பாதத்தில் மரமரப்பாக இருக்கிறது. ஊசிகளும், செந்தூரமும் உபயோகித்தேன். பலன் இல்லை. சர்க்கரை நோய்க்கு மாத்திரை சாப்பிட்டு வருகிறேன். தயவு செய்து மேற்கண்ட நோய்க்கு மருந்து சொல்லும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.**
>
> **- ராம. ரங்கநாதன், திருச்சி**

மதுமேகம் என்னும் சர்க்கரை வியாதி பயப்படக் கூடியதல்ல என்ற ஆங்கில மருத்துவர்கள் கூறுவார்கள். அதற்கு வேண்டிய மருந்து இருப்பதால் அந்த நோயால் யாரும் இறக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை என்பார்கள். இது தவறு. மது மேகத்திற்கு ஆங்கில மருந்துகள் சில வருடங்களாக பயன்படும். பிறகு அது வேலை செய்யாது. அதன்பின் எந்த மருத்துவமும் ஒத்துக் கொள்வதில்லை.

சிறுநீர் அல்லது ரத்தத்தில் சர்க்கரை இருப்பவர்கள் முதலில் உணவு முறையை மாற்றி அமைக்க வேண்டும். இனிப்பு வகைகள் அறவே சேர்க்கக் கூடாது. ஒரு வேளைக்கு மேல் அரிசி சாதம் சாப்பிடக் கூடாது. கேப்பை என்னும் கேழ்வரகு மாவு அல்லது கோதுமை மாவில் பலகாரம் அல்லது சாதம் சமைத்து சாப்பிடுவது நல்லது.

சர்க்கரை வேம்பு என்று ஒரு செடி உள்ளது. அதை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சலித்து சூரணமாகச் செய்யவும். அந்த அளவுக்கு 6ல் ஒரு பங்கு சீரக பொடியும், 10ல் ஒரு பங்கு மஞ்சள் பொடியும் அதனுடன் சேர்த்து கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். அதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து காலையில் பசும் பால் அல்லது வெந்நீரில் கலந்து சாப்பிடவும்.

சர்க்கரை வேம்பு கிடைக்காவிட்டால், மலைவேம்பு மரத்தின் இலைகளை பறித்து மேற்சொன்னபடி சீரகம், மஞ்சள் கலந்து காலை மாலை சாப்பிடவும். தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் குணமாகும். ஆங்கில மருந்து சாப்பிட்டு பழகி இருப்பதால் அதையும் 10 நாட்கள் பாதியாக

சாப்பிட்டு பிறகு முழுவதும் நிறுத்திவிடவும். காலையில் எழுந்து கொஞ்ச தூரம் நடந்து வருவது நல்லது.

> **ஐயா! தங்கள் பதிலில் சர்க்கரை நோய்க்கான குறிப்பில் கீழாநெல்லி வேரை சாப்பிடும்போது புலால் தவிர்க்கப்பட வேண்டும் என்று கூறியிருக்கிறீர்கள். நித்திய கல்யாணி வேரை சாப்பிடும்போது புலால் உண்ணக் கூடாதா? என்னால் புலால் உண்பதை தவிர்க்க இயலாது. வேறு மருந்து ஏதாவது சொல்லுங்கள். இந்த மருந்தை சாப்பிடும்போது இன்சுலின் ஊசி போட்டுக் கொள்ளலாமா?**
>
> **- எஸ்.ஆனந்தன், திருச்சி**

தாங்கள் குறிப்பிட்டுள்ள 2 மூலிகைகளில் ஏதாவது ஒன்றை தொடர்ந்து சாப்பிடவும். இன்சுலின் ஊசி போடுவதை படிப்படியாக குறைக்கவும். புலால் சாப்பிடாமல் இருந்தால் பூரணமாக குணம் பெறலாம். யானை, குதிரை போன்றவைகள் எல்லாம் புலால் சாப்பிடாமல் பலமாக இல்லையா? ஆகவே நாமும் புலால் சாப்பிடாமல் இருக்க முடியும்.

> **ஐயா! 52 வயதான எனக்கு இரவில் ஐந்தாறு தடவை சிறு நீர் பிரிகிறது. இதனால் தூக்கம் கெட்டு உடல் அசதியாக இருக்கிறது. இந்நோய் கடந்த 6 மாதங்களாக உள்ளது. ஆனால் சர்க்கரை நோய் இல்லை என்று டாக்டர் கூறுகிறார். எனவே இது எதனால் வந்தது என்று தெரியவில்லை. பசி அதிகமாக இருக்கிறது. தாங்கள் இந்த குறைபாட்டை நீக்க மருத்துவ குறிப்பில் வெளியிட வேண்டும்.**
>
> **- எஸ்.வி.சுந்தா மூர்த்தி, பவானிசாகர்**

சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்களுக்கு நீர் அதிகமாகப் போக வேண்டும் என்பதில்லை. கடுமையான சர்க்கரை நோய் இருப்பவர்களுக்கு கூட நீர் அதிகமாக போகாமல் இருக்கலாம்.

வில்வ வேர் பட்டை 20 கிராம் எடுத்து இடித்து சட்டியில் போட்டு அரை லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றி கொதிக்க வைக்கவும். தண்ணீர் வற்றி 200 மில்லி அளவாக குறைந்ததும் இறக்கி வடிகட்டி, கொஞ்சம் வெல்லம் சேர்த்து சாப்பிடவும். இப்படி காலை மாலை 20 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும்.

வில்வவேர் பட்டை கிடைக்காவிட்டால், வில்வ பழத்தை இடித்து கால் பாகம் எடுத்துக் கொண்டு மேற்படி நீரில் கொதிக்க வைத்து அரை தம்ளர் அளவு குடிக்கவும். இரவில் படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி எள் எடுத்து வாயில் போட்டு மெல்லாமல் அப்படியே தண்ணீரில் குடிக்கவும்.

ஐயா! எனக்கு தொடை இடுக்கிலும், விரையிலும் ஒரே நமைச்சலாக உள்ளது. படை மருந்து போட்டுப் பார்த்தேன். மீண்டும் அரிப்பு வந்து விடுகிறது. சொரிந்தால் புண்ணாகி விடுகிறது. இந்த தொல்லையில் இருந்து என்னைக் காப்பாற்ற வேண்டுகிறேன்.

-கே.வரதன்.......

தங்கள் உடம்பில் மேகநீர் இருப்பதால் நமைச்சல், அரிப்பு முதலியவை உண்டாகின்றன. இதற்கு சீமை அகத்தி இலை இடித்த சாறு அரை லிட்டர், நெருஞ்சி கொடியை இடித்த சாறு அரை லிட்டர், விளக்கெண்ணெய் ஒரு லிட்டர், இந்த மூன்றையும் கலந்து அடுப்பிலேற்றி சிறு தீயில் எரிக்கவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியவுடன் இறக்கி ஆற வைத்து வடிகட்டி புட்டியில் வைக்கவும்.இரவு படுக்கும் போது தினமும் இதில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 3 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் ஊற்றி சாப்பிடவும்.

ஒருவேளை பேதியானால் அளவை பாதி தேக்கரண்டியாக குறைத்துக் கொள்ளவும். இப்படி தொடர்ந்து48 நாட்கள் சாப்பிடவும். இம்மருந்து சாப்பிடும்போது புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு கை, கால், வயிறு, மூக்கு, நெஞ்சு, இடுப்பு, ஆண்குறி ஆகிய இடங்களில் ஒரே அரிப்பாக உள்ள. இரவில் அரிப்பு அதிகமாக உள்ளது. இதற்கு சிகிச்சை முறையை தெரியப்படுத்துங்கள்.

- கே.காஜாமைதீன், திருச்சி-8

உடலில் மேக நீர் அதிகமாக இருப்பதால் இவ்வித புண்களும் அரிப்பும் உண்டாகிறது. வெள்ளருகு மூலிகை ஒரு சிறிய கூடை அளவு கொண்டு வந்து இடித்து சாறு பிழியவும்.

அதன் அளவுக்கு சமமாக விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கி நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும்.

அதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் 2 அவுன்ஸ் வெந்நீர் அல்லது பசும்பாலில் கலந்து சாப்பிடவும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

மேல் பூச்சுக்கு பூவரசன் பட்டை இடித்து தூள் செய்து அதில் 100கிராம் தேங்காய் எண்ணெய் அரை லிட்டர் இதைக் கலந்து 5 நாட்கள் வெயிலில் வைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை உடலில் பூசி நன்கு ஊறிய பின் சோப்பு போடாமல் கடலை மாவு அல்லது அரப்புத் தூள் தேய்த்து குளிக்கவும்.

ஐயா என் வயது 20. வலது கை மேல் புறம் உள் பக்கமாக கடந்த 10 மாதங்களாக கருப்பாக படர்ந்துள்ளது. 15 அங்குலம் நீளம் மிகவும் கருப்பாக உள்ளது. முதலில் சிறியதாக இருந்தது, இப்போது பெரியதாக படர்ந்து உள்ளது. சில நேரங்களில் அரிப்பும் உள்ளது. இதற்கு தாங்கள் மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- அ. கருப்பசாமி, ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர்

ஐயா! எனக்கு 60 வயது ஆகிறது. ஒரு வியாதியும் வந்ததில்லை. இப்போது கணுக்காலுக்கு மேல் அரித்தது. சொறிந்தேன். காயமில்லை. ஒரு ரூபாய் அங்குலத்திற்கு மேலே பற்று போல் இருக்கிறது. நான் ஆங்கில மருந்துகளை உபயோகிப்பதில்லை. தாங்கள் தயவு செய்து மருந்து தெரிவியுங்கள்.

- ஜெயலட்சுமி, பீம் நகர், திருச்சி - 1

பதில்: மேக நோய்களில் 21 வகை உண்டு. அவற்றில் கருமேகம் என்னும் நோய் ஒன்றாகும். அதன் அறிகுறிகள் உங்களுக்கு தென்படுகின்றன. ரத்தம் அசுத்தமாகி உள்ளது.

சீமை அகத்தி செடியின் இலை, சிகப்பு நெரிஞ்சல் இரண்டையும் தனித் தனியே இடித்து 1/2 லிட்டர் வீதம் சாறு எடுத்து வடிகட்டிக் கொள்ளவும். விளக்கெண்ணெய் 1 லிட்டர் வாங்கவும்.மேற்படி சாறை அதில் ஊற்றி சிறு தீயாக எரித்து, நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கி வைத்து பிறகு புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

இதில் 2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும் பாலில் ஊற்றி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி 48 நாட்களுக்கு குறையாமல் சாப்பிட்டு, புலால் சாப்பிடாமல் இருந்து வந்தால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு கை விரல்களிலும், கழுத்திலும் தோல் கருப்பாகி வெடிப்பு ஏற்பட்டது. பிறகு நமைச்சல் ஏற்பட்டது. சொறிந்ததும் வீங்கி அதில் இருந்து நீர் வடிந்தது. டக்டரிடம் போய் காண்பித்ததில் அலர்ஜி என்றார். மருந்து சாப்பிட்டதும் சரியாகிறது. ஆனால் மீண்டும் வருகிறது. எனக்கு வயிற்றில் ஆபரேஷன் செய்ததால், நாட்டுமருந்து சாப்பிட பயமாக உள்ளது. எனவே இதற்கு என்ன செய்யலாம் என்பதை தெரிவியுங்கள்.

- சுப்பிரமணி, சூளை, சென்னை

உங்களுக்கு ரத்தம் சுத்தமாக இல்லாததால் நமைச்சல், நீர் வடிதல் போன்றவை உண்டாகிறது.

அலர்ஜி என்றால் என்ன நோய் என்று கண்டு பிடிக்க முடியாத நேரத்தில் உபயோகிக்கும் வார்த்தை. வயிற்றில் ஆபரேஷன் செய்தாலும் நாட்டு மருந்து சாப்பிடுவதில் தவறு இல்லை. தினமும் நீங்களும் டாக்டரும் கூட மிளகு, சீரகம், வெந்தயம், கடுகு போன்றவைகளை உணவில் சேர்த்துக் கொள்கிறீர்கள். இவைகள்தான் நாட்டு மருந்தில் சேர்க்கப்படு கிறது. நீங்கள் உள்ளுக்கு மருந்து சாப்பிட்டால்தான் நோய் குணமாகும். அதனால் வயிற்றுக்கு கோளாறு உண்டாகாது.

கார்போகரிசி, கருஞ்சீரகம் ஆகியவை தலா 100 கிராம் நம் நாட்டு மருந்துக் கடையில் வாங்கவும். அவற்றை லேசாக வறுத்து பட்டுபோல் தூள் செய்யவும். அதை காலை மாலை அரை தேக்கரண்டி வீதம் நெய்யில் சாப்பிடவும். 40 நாட்கள் இப்படி சாப்பிட்டால் நோய் குணமாகும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! 20 வயதான எனக்கு 4 வருடங்களுக்கு முன்பு முழங்காலுக்கு கீழ் சிறு புள்ளி அளவில் வெள்ளையாக இருந்தது. அதில் அரிப்பு ஏற்பட்டு இரண்டு கால்களிலும் முழங்கால் வரை பரவி விட்டது. இதுவரை பார்க்காத வைத்தியம் இல்லை. இந்த வியாதியால் என் திருமணம் தடைபட்டு வாழ்க்கையே இல்லை என்ற நிலையில் இருக்கிறேன். எனக்கு வாழ்வு கிடைக்கும் பாக்கியத்தை ஏற்படுத்திக் கொடுக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.இந்திரா

எட்டிக் கொட்டை என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 10 கிராம் வாங்கி தண்ணீரில் 2 நாட்கள் ஊற வைக்கவும். அதன்பின் மேல் தோலை அகற்றி விட்டு எருக்கம் பூ சாறில் 2 நாட்கள் ஊற வைக்கவும்.

பிறகு எடுத்து பூங்காவி என்ற சிவப்பு மண் 5 கிராம் வாங்கி சேர்த்து எருக்கம்பூ சாறு விட்டு வெண்ணை போல் இரண்டையும் அரைக்கவும். அதை உளுந்து அளவுக்கு மாத்திரைகளாக செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு மாத்திரை வீதம் பாலில் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி 3 மாதங்கள் சாப்பிடவும்.

துளசி இலை சாறு எடுத்து வெண் புள்ளி இருக்கும் இடத்தில் தேய்த்து சூரிய வெளிச்சத்தில் காட்டவும். இப்படி செய்து வந்தால் வெள்ளைப் புள்ளிகள் மாறும்.

ஐயா! என் வயது 19. எனக்கு ஒரு வருட காலமாக உடல் முழுதும் ஒரே நமைச்சல். உள்ளங்கையில் கொப்புளம் இருக்கிறது. அதை குத்தி விட்டு சுத்தம் செய்தால் நீர் வந்து கொண்டே இருக்கிறது. பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. ஆகவே தாங்கள் நல்ல மருந்து தெரிவியுங்கள்.

- பி.சோலைக்கண்ணு, சென்னை-14

ஐயா! எனக்கு சிறு வயதில் வண்டு கடித்து காலில் புண் ஏற்பட்டது. அது குணம் ஆகிவிட்டது. ஆனால் அரிப்பு இருந்தது. 24 வது வயதில் உடலில் சொறி, தேமல் ஏற்பட்டது. டாக்டரிடம் காட்டினேன். அரிப்பு மட்டும் நிற்கவில்லை. இப்போது திருமணமாகி குழந்தைகள் உண்டு. மனைவியுடன் உறவு கொண்டால் அவளுக்கும் அரிப்பு ஏற்படுகிறது. இந்த அரிப்பை குணப்படுத்த உதவுங்கள்.

- ஏ.முகமது அலி, மண்ணடி

உடலில் உஷ்ணம் அதிகம் இருப்பதால் இவ்வித நமைச்சல் ஏற்படுகிறது. வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் அரை தேக்கரண்டி இரண்டையும் லேசாக தண்ணீர் தெளித்து நன்றாக அரைத்து கோலி அளவு 2 உருண்டைகள் எடுத்து சாப்பிட்டு விட்டு வெந்நீர் குடிக்கவும். அதன் பின் காபி, டிபன் சாப்பிடவும்.

இரவில் சுத்தமான விளக்கெண்ணெய் 2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீர் அல்லது பாலில் கலந்து சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் உடல் நமைச்சல் குணமாகி உடம்பு உஷ்ணம் மாறும்.

ஐயா! என் வயது 27. எனது இடது வலது கைகளில் ஒரு ரூபாய் அகலத்திற்கு வெண்மையாகவும், அரிப்பும் இருக்கிறது. வண்டு கடி என்று வைத்தியர் சொன்னார். மருந்து கொடுத்தார். ஊசியும் போட்டார். அரிப்பு பரவாயில்லை. தழும்பு மாற வில்லை.

-கே.எஸ். சாகுல் அமீது, திருச்சி-1

சீமைஅகத்தி இலை சாறு அரை லிட்டர், விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர் இரண்டையும் சேர்த்து காய்ச்சவும்.

காலை எழுந்ததும் அதில் 2 தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பால் அல்லது காப்பியில் கலந்து சாப்பிட வேண்டும். மேலும் மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடாமல் இருந்தால் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 21. என் தொடைகளில் சாம்பல் நிறத்தில் படை போல் படர்ந்து உள்ளது. பார்ப்பதற்கு ஏதோ தோல் வியாதி போல் உள்ளது. இதற்கு ஏதாவது மருந்து சொல்லுங்கள்.

- எஸ்.சிவராமன், லால்குடி

சீமை அகத்தி இலைகளை அரைத்து தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு கலக்கி படை போல் உள்ள இடத்தில் தடவி 4 மணி நேரம் ஊறிய பின் கடலை மாவு தேய்த்து கழுவி குளிக்கவும்.

வெள்ளருக்கு செடியை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றில் அரைத் தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வெண் புள்ளிகளை போக்க கார்போக அரிசியை பசு மூத்திரத்தில் ஊற வைத்து சாப்பிட்டு வந்தால் குணமாகும் என்று முன்பு ஒருமுறை கூறி இருந்தீர்கள்.

ஆனால் இதே நோய்க்கு பிறகு ஒரு முறை மருதோன்றி இலையை மருந்தாக குறிப்பிட்டு இருக்கிறீர்கள். இரண்டில் எதை சாப்பிடுவது என்று குழப்பம் ஏற்படுகிறது. தயவு செய்து இந்த சந்தேகத்தை தீர்க்குமாறு பணிவுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.சத்தியமூர்த்தி, குளித்தலை

ஒரு நோய்க்கு பல மருந்து உண்டு. கார்போக அரிசி பசு மூத்திரம் மருந்து செய்ய வசதி இல்லாதவர்கள் பலர் இருப்பார்கள். கார்போக அரிசி கிடைக்கவில்லை என்றும் சிலர் எழுதுகிறார்கள். சில இடங்களில் மருதாணி இலை கிடைக்காது. எனவே கிடைக்கும் இடங்களில் அதை மருந்தாக பயன்படுத்தலாம்.

மருதோன்றி இலையை நிழலில் உலர்த்தி, இடித்து அதனுடன் கார்போக அரிசியை சேர்த்தும் சாப்பிடலாம். காலம் கடத்தாமல் இரண்டில் எந்த மருந்தையாவது சீக்கிரமாக சாப்பிடுவது நல்லது. இல்லையெனில் உடல் முழுவதும் பரவி விடும். பின்னர் குணப்படுத்துவது சிரமம்.

ஐயா, பல ஆண்டுகளாக என்னுடைய காலில் ஒரு பகுதியில் கறுப்பாக திட்டு திட்டாக எக்சிமா படை உள்ளது. என் வயது 30. எந்த வகை களிம்பிலும் இது சரியாகவில்லை. அரிப்பு உள்ளது. இந்த படையை போக்க மருந்து கூறுமாறு வேண்டுகிறேன்.

- பலராமன், செங்கல்பட்டு

அவுரி என்னும் நீலி, செடி இனத்தைச் சேர்ந்தது. அதை ஆங்கிலத்தில் இண்டிகோ என்பார்கள். இதில் இருந்துதான் அக்காலத்தில் நீலம் தயார் செய்து வந்தார்கள். அந்த இலை பச்சிலை கடைகளில் கிடைக்கும்.

அதை வாங்கி அரைத்து, தினமும் எக்சிமா படை உள்ள இடத்தில் பூசுங்கள், மாலையில் கடலை மாவு போட்டு தேய்த்து சுத்தம் செய்து விட்டு மீண்டும் இரவில் பூசிக் கொள்ளவும். சோப்பு உபயோகிக்காதீர்கள்.

மேலும் வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் 1/2 தேக்கரண்டி எடுத்து அரைத்து காலையில் 2 கோலி அளவுக்கு சாப்பிடவும். 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 17. ஒரு வருடத்துக்கு முன்பு கால், தொடை ஆகிய இடங்களில் எட்டுக் கால் பூச்சி கடித்து புண்ணாகி இருந்தது. மருந்து சாப்பிட்டு குணமானது. புண் வந்த இடத்தில் தோல் கருப்பாகவும், அரிப்பும் உள்ளது. இதற்கு மருந்து கூறுங்கள்.**
>
> **- பி. நந்தக்குமார், மதுக்கூர்**

சிறியா நங்கை அல்லது, பெரியா நங்கை என்னும் இலைகளில் 11 எடுத்து அதனுடன் 2 மிளகுகள் சேர்த்து நசுக்கி வாயில் போட்டு பசும்பால் சாப்பிடவும். இப்படி 3 நாட்கள் சாப்பிட்டால் உடலில் உள்ள விஷ தடிப்புகள், ரணங்கள் முதலியவை குணமாகும். 3 நாட்களும் உப்பு இல்லாத பத்தியம் இருக்க வேண்டும்.

இந்த இலைகள் கிடைக்காவிட்டால், வேப்ப இலை ஒரு கைப்பிடி மிளகு 5 சேர்த்து மையாக அரைத்து தினமும் காலையில் சாப்பிட்டு பசும்பால் குடிக்கவும். இப்படி 20 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும். இதற்கு உப்பில்லாத பத்தியம் இல்லை. ஆனால் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

> **ஐயா! எனக்கு 16 வயது. 11ம் வகுப்பு படித்தவன். படிக்கும் போதும், மென்மேலும் நடக்கும் போதும், எழுதும் போதும், உடல் பூராவும் வேர்க்கிறது. இப்படி அடிக்கடி வியர்வை வருவதால தொந்தவராக உள்ளது. இதற்கு ஒரு மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.**
>
> **- என்.பாபு, அமிஞ்சிக்கரை**

உடலில் அயச்சத்து குறைந்தால் கை கால்களில் வியர்வை வரும். கரிசாலி என்னும் கரிசலாங் கண்ணி செடியை நிழலில் உலர்த்திக் கொள்ளவும். அதன் அளவு நாட்டு மருந்துக் கடையில் நன்னாரி வாங்கி இரண்டையும் இடித்து சூரணமாக்கிக் கொள்ளவும். இதில் சர்க்கரை கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை அரைத் தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து

பசும் பால் அல்லது தேனில் கலந்து இரண்டு அல்லது மூன்று மாதம் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் அயச்சத்து அதிகரிக்கும், வியர்வை குணமாகும்.

> **ஐயா! என் பையன் வயது 16. அவன் வலது கையிலும் வலது காலிலும் வெண்ணிறம் கொண்ட பருக்கள் அதாவது மாதுளம் பழ முத்துக்கள் போல் எங்கும் உள்ளது. 2 ஆண்டுகளாக இப்படி உள்ளது. அவன் 9வது வகுப்பு படிக்கிறான். இதை குணப்படுத்தித் தர உங்களை வேண்டுகிறேன்.**
>
> **- அ.அருள் ராசன், கறம்பக்குடி, புதுக்கோட்டை**

> **ஐயா என் வயது 23. கடந்த 2 ஆண்டுகளாக என் உதடு வெள்ளையாக மாறுகிறது. பார்ப்பவர்கள் வெள்ளை உதடு என்று சொல்கிறார்கள். எனக்கும் அருவருப்பாக இருக்கிறது. ஆகவே நீங்கள் இந்நோய் தீர ஒரு நல்வழி காட்ட வேண்டும்.**
>
> **- என். கீதா, மந்தைவெளி, சென்னை**

இந்த நோய் வெண் குஷ்டத்தைச் சேர்ந்தது. இது பிறருக்கு ஒட்டாது. பரம்பரை நோயும் அல்ல. இருப்பினும் உடல் அழகைக் குறைக்கும். பிறருக்கு அசிங்கமாக இருக்கும். கீழ்க்கண்ட மருந்தை தொடர்ந்து தவறாமல் உபயோகித்து வந்தால் அது குணமாகும்.

தேங்காய் சிப்பி (ஓடு) ஐந்தாறு எடுத்து சுட்டு கரியாக்கி அதை நன்றாக இடித்து தூள் செய்து கொள்ளவும். அதில் ஒரு கிராம் அளவு எடுத்து காலை, மாலை வாயில் போட்டு பால் அல்லது காபி சாப்பிடவும். அந்த கருப்பு தூளை அம்மியில் இட்டு தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு அரைத்து ஒரு டப்பியில் வைத்துக் கொண்டு வெள்ளையாக இருக்கும் இடங்களில் தடவி வந்தால் குணமடையும்.

> **ஐயா! என் இடுப்பில் படை மாதிரியாக ஒரு வருடமாக உள்ளது. வயது 50. பல மருந்துகளை உபயோகித்து விட்டேன். 2 நாட்கள் குணமடைந்து பிறகு மீண்டும் வந்து விடுகிறது. படை கறுப்பாக உள்ளது. இதற்கு மருந்து சொல்லுங்கள்.**
>
> **- என்.காமாட்சி, கும்பகோணம்**

தங்கள் நோய் மேக சம்பந்தமானது. விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர், வெள்ளைப் பூ பூக்கும் கல்யாண முருக்கன் சாறு அல்லது சீமை அகத்திக் குழை சாறு அரை லிட்டர் இரண்டையும் சேர்த்து நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இந்த இரண்டு மூலிகைகளும் கிடைக்காவிட்டால் பூவரசு காய்களை இடித்து சாறு பிழிந்து 1/2 லிட்டர் எடுத்துக் கொண்டு காய்ச்சவும்.

மேற்கண்ட எண்ணெய் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும் பாலில் கலந்து 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் குறையும்.

மேல் பூச்சுக்கு பூவரசன் பட்டையை வெட்டி மேல் உள்ள காய்ந்த பாளை எடுத்துவிட்டு இடித்து ஒரு சாத்துக்குடி அளவு எடுத்து 1 லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு ஒரு வாரம் வெய்யிலில் வைக்கவும். பிறகு அந்த எண்ணெயை மேலே பூசி வந்தால் குணமடையும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 25. கடந்த ஆண்டு எனது வலது கால் பெருவிரலில் அரிப்பு ஏற்பட்டதால் சொறிந்தேன். அது புண் ஆகி விரிந்து விட்டது. ஆங்கில மருத்துவரிடம் காட்டினேன். எக்சிமோ என்று கூறி களிம்பு தந்தார். ஆனால் புண் குணமாகி மீண்டும் வந்து விடுகிறது. பூரண குணமாகவில்லை. ஆகவே இதற்கு தகுந்த மருந்து கூறுங்கள்.

- சீதாராமன், மேலப்பாளையம்

தங்கள் நோய் மேகத்தால் உண்டானது. சொறி என்றும் கூறுவர். சீமை அகத்தி இலையை இடித்து பிழிந்த சாறு 200 மில்லி எடுத்துக் கொள்ளவும். அதனுடன் அருகம் புல்லை நன்றாக அரைத்து ஆரஞ்சுப் பழம் அளவுக்கு எடுத்து கலக்கவும். இரண்டையும் 500 மில்லி விளக்கெண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி, பச்சை கற்பூரம் ஒருகிராம் பொடி செய்து போட்டு கலக்கி விடவும்.

ஆறிய பிறகு வடிகட்டி புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு இரவு படுக்கும் போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து ஒரு கோப்பை பசும் பாலில் அல்லது அரைக் கோப்பை வெந்நீரில் கலந்து சாப்பிடவும்.

2 மாதம் வரை விடாமல் சாப்பிட்டு வந்தால் பூரணமாக குணமாகி விடும். மீண்டும் வராது. புலால் மற்றும் உஷ்ண பதார்த்தங்களை சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! என் தம்பி மகனுக்கு வயது 7. இரண்டு மூன்று வருடங்களாக உடலில் அரிப்பு ஏற்பட்டு சொரிந்தால் புண்ணாகி விடுகிறது. ஆங்கில வைத்தியம், ஓமியோபதி வைத்தியம் முறைகள் கையாளப்பட்டு பலன் இல்லை. வில்வ இலைகளை நிழலில் காய வைத்து வஸ்திரகாயம் செய்து தேங்காய் எண்ணெயில் குழைத்து உடலில் தடவி குளிப்பாட்டி மருந்து கொடுக்கவும். பலன் இல்லை என்றால் உள்ளுக்கு மருந்து கொடுக்கலாமா என்றும் இதற்குரிய முறையையும் தெரியப்படுத்துங்கள்.

- ஆர்.சுப்பிரமணியன், வழுத்தூர்

உடலில் அதிக வெப்பம் உண்டானாலும், வயிற்றில் கீரைப் பூச்சி இருந்தாலும் இவ்வித நோய் வரும். வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் அரை தேக்கரண்டி இவற்றை அம்மியில் வைத்து லேசாக தண்ணீர் விட்டு வெண்ணெய் போல் அரைத்து 2 கோலி அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். தினசரி காலை தோறும் வெறும் வயிற்றில் பால் அல்லது தண்ணீரில் சாப்பிட வேண்டும். 20 நாட்கள் கொடுத்தால் குணமாகும்.

தேங்காய் எண்ணெய் அரை லிட்டர் வாங்கி அதில் சுருள் பட்டை, பூவரசன் பட்டை ஆகியவைகளை 50 கிராம் வீதம் எடுத்து இடித்து எண்ணெயில் போடவும். பிறகு அதை வெயிலில் தினமும் வைத்தால் தைலம் சிகப்பு நிறமாகும்.

ஒரு வாரம் கழித்து அதை லேசாக தடவி இரண்டு மூன்று மணி நேரம் ஊறிய பின் கடலை மாவு அல்லது சீயக்காய் தேய்த்து குளிக்கவும். சுருள் பட்டை நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். பூவரசன் பட்டை மரத்தில் இருந்து வெட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

ஐயா! என் வயது 16. என் கை, கால்களில் நிறைய மரு இருக்கிறது. நான் புனுகு மற்றும் பல மருந்து போட்டேன். பயன் தரவில்லை. இதை போக்க மருந்து சொல்லுங்கள்.

- என். மோகன், மண்ணச்சநல்லூர்

உடலில் மரு வந்தால் குணமாவது கடினம். தும்பை இலைச் சாற்றில் வெற்றிலைக்கு போடும் சுண்ணாம்பு கலந்து மருவில் தடவி வந்தால் அது உதிர்ந்து விடும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 10. என் முதுகின் பின்புறம் முழுதும் கறுப்பு நிறத்தில மச்சம் போல் முதலில் பரவியது. இப்போது கழுத்து வரை பரவியுள்ளது. முதலில் கறுப்பு புள்ளிகளாக தோன்றி, பின் தழும்பு போல் மாறிவிடுகிறது. முன் பகுதியிலும் இப்போது இது பரவி வருகிறது. ஆகவே தாங்கள் இதற்கு மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஏ. ரத்தனம், கரூர்

ஐயா! எனக்கு உடம்பில் ஒரே அரிப்பு. சாதாரணமாக உடம்பில் புள்ளி போல் உள்ளது. சொரிந்தால் தூள் போல் கொட்டுகிறது. அடிக்கடி முகத்தில் கறுப்பு நிறம் படர்கிறது. சவரம் செய்தால் வெள்ளையாகிறது. பின் மீண்டும் நிறம் மாறிவிடுகிறது. இரவில் இடுப்பு, தலை முதலிய இடங்களில் தாங்க முடியாத அரிப்பு. இரவு 2 மணி வரை தூங்காமல் அவதிப்படுகிறேன். இதற்கு நீங்கள் கூறும் பரிகாரம் என்ன?

- டி.கே.வெங்கடாஜலபதி, குடந்தை

தங்களுக்கு உள்ள நோய் கருமேகம் என்று சொல்வர். ரத்தத்தில் அசுத்தம் இருந்தால் இந்த நோய் வரும். இதற்கு கீழ்க்கண்ட எண்ணெயை தயார் செய்து கொண்டு 3 மாதம் தொடர்ந்து சாப்பிடவும்.

விளக்கெண்ணெய் 1/2 லிட்டர், தேங்காய்ப்பால் 1/2 லிட்டர், தலை கருளி என்னும் ஈஸ்வர மூலி என்னும் இலைச் சாறு 1/2 லிட்டர், அது கிடைக்காவிட்டால் வெள்ளை பூ பூக்கும் கல்யாண முருக்கன் இலை சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். தலை கருளி என்பது ஒரு கொடி. இது கரூரிலிருந்து நெரூர் போகும் வழியில் கள்ளி செடிகளின் மேல் படர்ந்துள்ளது. தாங்கள் கரூரில் இருப்பதால் யாரையாவது கேட்டறிந்து இதைச் சேகரிக்கவும்.

இந்த மூன்றையும் ஒரு வாணலியிவிட்டு காய்ச்சும் பக்குவத்தில் காய்ச்சி வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதை புட்டியில் அடைக்கவும்.

இந்த எண்ணெயில் 10 முதல் 15 சொட்டுகள் இரவு படுக்கும்போது 2 அவுன்ஸ் வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிடவும். அப்படி 6 மாதம் சாப்பிடவும். இதை சாப்பிடும் காலத்தில் புலால், நல்லெண்ணெய் உபயோகிக்கக் கூடாது.

> ***ஐயா! என் வயது 50. எனக்கு முதுகில் இரண்டு தோள் பட்டைக்கு கீழே புளியங் கொட்டை அளவுக்கு கட்டிகள் 10, 12 இருக்கிறது. அதை அழுத்தினால் கல் மாதிரி உள்ளது. அழுத்தும்போது வலிக்காது. எதிலும் தெரியாமல் பட்டுவிட்டால் வலிக்கும். சதா அரிப்பு இருக்கிறது. அடிக்கடி தினமும் ஊசி குத்துவது போல் குத்திக் கொண்டே இருக்கும். பல வைத்தியரிடம் காட்டினேன். சுகமில்லை. அது ஒரு அலர்ஜி என்று கூறு கிறார்கள். அதற்கு மருந்தே கிடையாது என்று கூறி விட்டார்கள்.***
>
> ***அந்த கட்டி தொடங்கும் போது கடுகு அளவு பழுத்து கொப்புளம் மாதிரி தோன்றுகிறது. அதிக நீரோ ரத்தமோ வருவதில்லை. அந்த கட்டியை கரைக்க முடியுமா அல்லது குத்தல் அரிப்பு இல்லாமல் செய்ய முடியுமா? இந்த கட்டிகள் கடந்த 2 ஆண்டுகளாக உள்ளன. தயவு செய்து இதன் விவரத்தை தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.***
>
> **- ரோஸ்மேரி, திருச்சி-1**

சோத்துப்பு 20 கிராம் எடுத்து அதில் கோழி முட்டையின் வெள்ளைக் கரு, உப்பு வாங்கும் அளவுக்கு விட்டுவிட்டு நன்கு அரைக்கவும். அதை அடைபோல் தட்டி மண் அகலில் வைத்து வெயிலில் உலர்த்தவும். பிறகு மற்றொரு மண் அகல் மூடி எடுத்து அதை மூடி இரண்டு அகல்களுக்கும் இடைவெளியில் மண் பூசவும்.

பிறகு 25 வரட்டிகள் ஒரு சிறு குழியில் அடுக்கி அதன் மேல் இந்த மண் அகலை எடுத்து வைத்து மேலும் 25 வரட்டிகள் மேலே வைத்து மூடி நெருப்பு வைக்கவும். அதை நன்றாக ஆறின பின் எடுத்து அகலில் உள்ள உப்பை அரைத்து ஒரு புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் 2 கிராம் அளவுக்கு எடுத்து காலை, மாலை வெந்நீரில் சாப்பிடவும். தொடர்ந்து 3 மாதங்கள் சாப்பிடவும்.

தேங்காய் ஓடு எடுத்து ஒரு சந்தனக் கல்லில் தண்ணீர் விட்டு தேங்காய் ஓட்டை அரைக்கவும். வழுக்கைப் போல் வரும். அதை எடுத்து கட்டிகளின் மேல் பூசவும்.

> ***ஐயா! என் வயது 35. கால் தொடை இடுக்குகளிலும் கை இடுக்கிலும் வெள்ளையாக படை போல் இருக்கிறது. அரிப்பு அதிகமாக உள்ளது. வெயில் காலத்தில் எரிச்சல் அதிகமாகி புண்ஆகி விடுகிறது. இதற்கு தங்கள் வைத்திய விவரத்தை எதிர்பார்க்கிறேன்.***
>
> **- பி.நவநீதம், திருச்சி**

பூவரசன் காய்களை இடித்து பிழிந்த சாறு ஒரு லிட்டர், விளக் கெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் இரண்டையும் சேர்த்து காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கும் பக்குவத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு இரவு படுக்கப் போகும் நேரத்தில் அதில் ஒருதேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் காய்ச்சிய பசும் பாலில் விட்டு சாப்பிடவும். பேதி அதிகமானால், அளவை குறைக்கவும்.

பூவரசன்பட்டை (இடித்தது) 100 கிராம், கருள்பட்டை 10 கிராம் இரண்டையும் 1/2 கிலோ தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு வெயிலில் ஒரு வாரம் வைக்கவும். பிறகு அதை எடுத்து எண்ணெயை மேலே பூசி வரவும். சோப்பு உபயோகிக்காமல், கடலை மாவு அல்லது சீயக்காய் உபயோகித்து குளிக்கவும். புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

> ***ஐயா, என் இடது காலில் விரல் ஓரமாக சிறு கொப்புளங்கள் இருந்தன. அது மேலும் பரவி, சீழ் வடிகிறது. தோல் வியாதி டாக்டர், நாட்டு வைத்தியர் ஆகியோரிடம் எல்லாம் சிகிச்சை பெற்றேன். இருப்பினும் குணம் அடையவில்லை. ஆகவே நீங்கள் சொல்லும் மருந்தை சாப்பிட்டு குணம் அடையலாம் என்று விரும்பி மேலான அறிவுரைகளை எதிர்பார்க்கிறேன்.***
>
> **- ஆர். ராஜேந்திரன், உரந்தை**

உடம்பில், கொப்புளம், அரிப்பு, புண் போன்றவை வருவது எல்லாம் ரத்தத்தில் கெட்ட நீர் கலந்து இருப்பதால்தான். கெட்ட நீரை அகற்றுவதற்கு

விளக்கெண்ணெய் பக்குவத்தில் செய்யும் தைலம் மிகவும் நல்லது. விளக்கெண்ணெய் 500 கிராம், சீமை அகத்தி இலையை தண்ணீர் தெளித்து இடித்த சாறு 500 கிராம் - இந்த இரண்டையும் கலந்து காய்ச்சவும். சிடு சிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். தினசரி இரவு படுக்கப் போகும்போது இந்த தைலத்தை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து உள்ளுக்கு சாப்பிடவும். 2 மாதங்கள் இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் கெட்ட நீர் வெளியேறும். இந்த எண்ணெய் சாப்பிடும் போது புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

சரும நோய் உள்ளவர்கள் அது குணம் அடைந்த பிறகும் கோழி சாப்பிடக் கூடாது. எல்லோருக்கும் இது பொருந்தும்.

ஐயா! நான் தினசரி குளித்தாலும் என் உடம்பில் வேர்வை நாற்றம் [கற்றாழை நாற்றம்] அடிக்கிறது. பக்கத்தில் நின்று யாருடனும் பேச முடியவில்லை. என்ன இப்படி நாற்றம் அடிக்கிறதே என்று எல்லோரும் விலகிச் செல்கிறார்கள். இதற்கு தகுந்த மருந்தாக சொல்லவும்.

- சாமிக்கண்ணு, அச்சிறுபாக்கம்

கற்றாழை நாற்றத்துக்கு கற்றாழைதான் சாப்பிட வேண்டும். சோற்றுக் கற்றாழையின் மேல் தோலை நீக்கி விட்டு உள்ளே இருக்கும் சோற்றை எடுத்து துண்டு துண்டாக வெட்டி ஒரு பாத்திரத்தில் போடவும். அதை தண்ணீர் விட்டு இன்று மூன்று முறை நன்றாக கழுவ வேண்டும். பிறகு அதனுடன் வேண்டிய அளவுக்கு பனங்கற்கண்டு சேர்த்து ஒரு இரும்புக் கரண்டி அளவு காலையிலும், மாலையிலும் சாப்பிடவும்.

சந்தனத் தூள் 100 கிராம், கஸ்தூரி மஞ்சள் 10 கிராம வாங்கி இரண்டையும் தூள் செய்து வைத்துக் கொண்டு, குளிக்கும்போது நன்றாக தேய்த்துக் குளிக்கவும்.

ஐயா! தங்கள் வைத்திய முறையை இந்த நாட்டு ஏழை மக்களுக்கு எடுத்துக் கூறி வருவது பாராட்டுக்குரியது. ஆங்கில மருத்துவத்துக்கு சவால் விடும் வகையில் உங்கள் பணி அமைந்திருப்பது போற்றத்தகுந்தது. எனது நண்பர் ஒருவருக்கு காலில் சிறு கொப்புளமாக வருகிறது. பிறகு புண்ணாகி விடுகிறது. ஊசிகள் போட்டும் பயன் இல்லை. ஒரு வருடமாக இப்படி உள்ளது. நீர் சம்பந்தமான நோயாக இருக்கும் என்று கூறுகிறார்கள். இதற்கு தங்கள் பதிலை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- ஆர்.தங்கராக, அறந்தாங்கி

தங்கள் நண்பருக்கு இருப்பது ரத்தத்தில் துர்நீர் சேர்ந்ததால் ஏற்பட்ட சரும நோயாகும். இதற்கு வெள்ளருகு செடிகளை பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கார்போக அரிசியை வாங்கி வந்து லேசாக வறுத்து சூரணம் செய்யவும்.

இரண்டு வகை சூரணத்தையும் சம அளவு சேர்த்து ஒரு புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். அதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம் காலையிலும், மாலையிலும் தண்ணீரிலோ அல்லது பசும் பாலிலோ சாப்பிட்டு வரவும். 48 நாட்கள் இப்படி சாப்பிட்டால் நோய் குணமாகும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 60. கடந்த 2 வருடங்களாக என் வலது காலில் கரண்டையைச் சுற்றி கால் பீடத்திலும் கறுப்பாக உள்ளது. அரிப்பாக உள்ளது. அதனால் புண் ஏற்படுகிறது. அடிக்கடி இதுபோல் இருக்கிறது. தோல் உலர்ந்தே காணப்படுகிறது. சாறாடி என்கிற விஷப் பூச்சி ஒரு தடவை கடித்தது நினைவு உண்டு. ,காலில் அரிப்புதான் மிகவும் சிரமமாக இருக்கிறது. நிரந்தரமாக குணம் பெறுவதற்கு தாங்கள் கூறும் மருந்தை ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறேன்.

- டி.ஜோஸ், நாகர்கோவில்

தங்கள் நோய் பூச்சிக் கடியாக இருக்கலாம். நஞ்சரப்பாஞ்சான் என்று ஒரு மூலிகை உண்டு. அது கிராமங்களில் கேட்டால் சொல்வார்கள். ரோடு ஓரங்களிலும், முள் புதர்களிலும் முளைத்துக் கிடக்கும் கொடியாகும். இதன் இலைகள் 8, மிளகு 8 எடுத்து இரண்டையும் சேர்த்து பசும் பால் விட்டு அரைக்கவும். அதை 2 அவுன்ஸ் பசும் பாலில் கலந்து காலை வெறும் வயிற்றில் 6 நாட்களுக்கு சாப்பிடவும். அந்த நாட்களில் உப்பு இல்லாத பச்சரிசி நொய் கஞ்சி சாப்பிடவும். 6வது நாளில் இருந்து 10 வது நாள் வரை உப்பை வறுத்து சேர்க்கவும். புளி சேர்க்கக் கூடாது. 18 நாட்களுக்குப் பின் தங்கள் நோய் மறையத் தொடங்கும். பிறகு தொடர்ந்து குணமாகிவிடும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 26. கடந்த 1½ வருடமாக கன்னத்தில் சிறு கருப்பு மச்சம் மாதிரி இருக்கிறது. அது இப்போது பெரியதாக படர்கிறது. அரிப்பு இல்லை. உணர்ச்சி எல்லாம் இருக்கிறது. சிலர் வண்டு கடி என்கிறார்கள். தாங்கள் இதுபற்றி ஆலோசனை தருமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஏ.சிவராஜன், காடுவெட்டி விடுதி

தங்கள் நோயை கருப்பு படர் தாமரை என்று சொல்வார்கள். ரத்தத்தில் கெட்ட நீர் கலந்து இருப்பதால் உண்டாகும் நோய் இது. வெள்ளை அருகுசெடிகளை பிடுங்கி வந்து இடித்து சாறு பிழியவும். அதேபோல் சீமை அகத்தி இலைகளை இடித்து சாறு பிழியவும்.

ஒவ்வொன்றும் 200 மில்லி அளவு வேண்டும். இதை 400 மில்லி விளக்கெண்ணெய்யுடன் சேர்த்து இரும்புச் சட்டியில் ஊற்றி அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் அடைக்கவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் கலந்து இரவு படுக்கும் முன் தினசரி சாப்பிடவும். 3 மாதங்கள் இந்த எண்ணெயை சாப்பிட்டால் பலவித சரும நோய்கள் குணமாகும்.

குழந்தைகளுக்குக் கூட 10 சொட்டுகள், வயதுக்கு ஏற்ப, பாலில் விட்டு கொடுத்து வந்தால் சொறி, கரப்பான் வராது. பெரியவர்கள் ஒன்று முதல் 2 தேக்கரண்டி வரை சாப்பிடலாம். மருந்து சாப்பிடும் போது புலால் சாப்பிடக் கூடாது. உடல் உறவு கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 21. நான் 6 மாத குழந்தையாக இருந்த போது என்னுடைய கை விரலில் சிகப்பு நிற அட்டை கடித்ததாகக் கூறுகிறார்கள். என் பிறப்பு உறுப்பில் தோல் நிறம் வெள்ளையாகவும், சில நேரம் ரோஸ் நிறமாகவும் உள்ளது. இதை வெண்குஷ்டம் என்று கூறுகிறார்கள். இதற்கு தாங்கள் நல்ல மருந்துகூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ராக, கோவில்பட்டி

பூந்திக் கொட்டை என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். மணிப்புங்கள் என்றும் சொல்வார்கள். அதை தண்ணீரில் உடைத்துப் போட்டு ஊறிய பின் நன்றாக பிசைந்து தண்ணீரை எடுத்து எண்ணெய் தேய்த்து குளிப்பது போல் தேய்த்துக் குளிக்கவும். சீயக்காய் அரப்புத் தூள் போட்டு தேய்த்தால் எண்ணெய் நீங்கும். உடலுக்கு குளிர்ச்சியைத் தரும்.

இந்த கொட்டையை வாங்கி ஐந்தாறு எடுத்து மேல் உள்ள தோலை மட்டும் எடுத்து அதை நன்றாக அரைக்கவும். நார் இருக்கும். அதை நீக்கவும். மெழுகு போல் அரைத்து எடுத்து, மிளகு அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி வெயிலில் வைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். இதில் காலையும் மாலையும் ஒரு மாத்திரை வீதம் பசும் பாலில் சாப்பிடவும். உடலில் உள்ள வெள்ளை, சிகப்பு புள்ளிகள் குணமாகும். தொடர்ந்த 3 மாதங்கள் சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு 10 வருடங்களுக்கு முன்பு உடலில் ஒருவித அரிப்பு ஏற்பட்டது. சொரிந்தால் சிகப்பாக மாறி தழும்பும் ஏற்பட்டது. மருந்து சாப்பிடவில்லை. அரிப்பு குணமாகவில்லை. தொடர்ந்து மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்று டாக்டர் சொல்கிறார். இதற்கு உங்கள் ஆலோசனை என்ன என்பதை தெரிவியுங்கள்.

- கே.ராஜா, கிண்டி

வேப்பங் கொழுந்து ஒரு கைப்பிடி, மிளகு 7 எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். இரண்டையும் நன்றாக அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அதில் காலையில் ஒரு மாத்திரையும், மாலையில் ஒரு மாத்திரையும் சாப்பிட வேண்டும். 48 நாட்கள் விடாமல் சாப்பிடவும். புலால் சாப்பிடக் கூடாது. தழும்பு, படை முதலியவை குணமாகிவிடும்.

ஐயா! எனக்கு இடுப்பில் கருந்தேமல் இருக்கிறது. 18 வருடமாக இருக்கும் இது இப்போது இடுப்புக்கு மேலே பரவுகிறது. டாக்டரிடம் தொடையில் தாங்க முடியாத அரிப்பு ஏற்படுகிறது. இதில் இருந்து விடுபட போகவில்லை. மருந்தும் போடவில்லை. நல்ல மருந்து சொல்லவும்.

- ஜி.ராமலிங்கம், துறையூர்

ரத்தம் அசுத்தமாகி மேக நோயாக உடலில் பரவினால் பல இடங்களில் அரிப்பும், தேமலும் ஏற்படும். பூரவசன்பட்டை, வேப்பம்பட்டை இரண்டையும் சம அளவு எடுத்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கார்போக அரிசி வாங்கி லேசாக வறுத்து இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

பூவரசன் பட்டை, வேப்பம் பட்டை சூரணத்தில் 6ல் ஒரு பங்கு இந்த சூரணத்தைக் கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து வெந்நீர் அல்லது பசும் பாலில் சாப்பிடவும். உஷ்ணம் அதிகமானால் மருந்து அளவை பாதியாகக் குறைத்து 2 அல்லது 3 மாதங்கள் சாப்பிட்டால் ரத்தம் சுத்தமாகி உடல் தேறும்.

ஐயா! எங்கள் ஊரிலும், பக்கத்து ஊர்களிலும் சிறுவர் முதல் பெரியவர் வரையிலும் திடீர் என்று உடலில் எந்த பாகத்திலாவது முதலில் சிவந்த நிறத்தில் தோலின் மேல் தடிப்பாக வலியுடன் தோன்றுகிறது. அது அடுத்த இரண்டு மூன்று மணி நேரத்தில் மிக வேகமாக விஷம் போல் உடல் முழுவதும் பரவி கை கால்களை செயல் இழக்கச் செய்வதுடன்

ஒரு நாளுக்குள் மரணத்தை உண்டாக்கி விடுகிறது. அது என்னவென்று புரியவில்லை. எனவே தங்கள் இது என்ன நோய் என்பதையும், அதற்கு மருத்துவ முறையையும் தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எம்.சண்முகம், பெரிய வண்ணாங்குப்பம்

இந்த நோய் ஒரு வித வைசூரி இனத்தைச் சேர்ந்தது. வண்ணான்அவுரி (இன்டிங்கா)என்ற செடி உள்ளது. இதற்கு நீலி என்றும் பெயர் உண்டு. முன்பெல்லாம் இதன் இலைகளில் இருந்து நீலம் தயாரித்தார்கள். இதை வயலுக்கு உரமாகவும் போடுவார்கள். இந்த இலைகளை கைப்பிடி அளவு கொண்டு வந்து அதனுடன் 7 மிளகு சேர்த்து அரைக்கவும். அதை உருண்டைகளாக செய்து சாப்பிடவும். உடனே குணமாகும்.

இதை மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு நோய் வரும் ஊரில் உள்ளவர்கள் காலையிலும் மாலையிலும் ஒவ்வொரு மாத்திரை வீதம் பால் அல்லது வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வந்தால் நோய் தாக்காது.

மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 17. என்னுடைய கால்களில் வெள்ளைநிற புள்ளிகள் காணப்படுகின்றன. மிகவும் அருவருப்பாக உள்ளது. இதனால் மிகவும் வேதனையாக உள்ளது. கடந்த 5 வருடங்களாக இப்படி இருக்கிறது. இதற்கு தகுந்த வைத்திய ஆலோசனை கூறுங்கள்.

-ஏ. அந்தோணி, ஸ்ரீவைகுண்டம்

உங்கள் கால்களில் இருக்கும் வெள்ளைநிற புள்ளிகள் சுத்த வெள்ளையாக இருந்தால் அது வெண் குஷ்டமாகும்.

வெண் குஷ்டம் என்றால் கார்போகரிசி 200 கிராம் வாங்கிஒரு கோப்பையில் விட்டு அது மூழ்கும் அளவுக்கு பசு கோமியம் (மூத்திரம்) ஊற்றி வெயிலில் வைக்கவும். கோமியம் நன்றாக உலரும் வரை வெயிலில் வைக்கவும். உலர்ந்த பிறகு எடுத்து இடித்து பொடி செய்து சலித்துக் கொள்ளவும். அதை ஒரு புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு அரை தேக்கரண்டி அளவு காலை, மாலை பசும் பாலில் சாப்பிடவும். இப்படி 6 மாதங்கள் வரை தினசரி சாப்பிட வேண்டும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 19. என்னுடைய உடம்பில் முழுவதும் படை பத்து உள்ளது. இதை தேமல் என்று சொல்கிறார்கள். நான் அரசாங்க ஆஸ்பத்திரிக்கு சென்றேன். அங்கு உடன் தோலில்

குறையிருக்கிறது. நீ இந்த மருந்து [களிம்பு] மேல் உடலில் தேய்த்து மார்க்கோ சோப்பு தேய்த்து குளிக்க வேண்டும் என்று கூறினார்கள். அதைப் போல் செய்தேன். அந்த பத்து குணமடைந்துவிட்டது. பிறகு இரண்டு அல்லது மூன்று மாதம் கழித்து பழைய நிலைக்கு அந்த பத்து வந்து விடுகிறது. எனக்கு எப்போதும் நாட்டு மருந்து என்றால் நம்பிக்கை உண்டு. அதனால் எனக்கு நல்ல மருத்துவ ஆலோசனை கூறவும்.

- முருகன், ராமையாபட்டி

தங்களுக்குள்ள சரும நோய் குணமானால் மற்ற நோய்களும் தானாகவே குணமாகும். சிறிய நங்கை பெரிய நங்கை என்ற இரண்டு மூலிகை உள்ளது. அதில் எது கிடைத்தாலும் சரி வேருடன் பிடுங்கி நிழலில் உலர்த்தி பொடி செய்து கொள்ளவும். அதைப் போலவே கீழ்க்காய் நெல்லி (கீழாநெல்லி) அதைப் போலவே இதையும் இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

இந்த இரண்டையும் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். மேற்சொன்ன நங்கை மூலிகை கிடைக்காவிடில் கீழாநெல்லி சூரணத்தை மாத்திரம் உபயோகிக்கலாம். அரை தேக்கரண்டி அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் மாலை ஆறு மணி அளவில் வாயிலிட்டு நீர் ஊற்றி கொள்ளவும். இப்படி ஆறு மாதங்கள் சாப்பிடவும். கடுக்காய் தோல், இடித்த சூரணம் செய்து வைத்துக் கொண்டு இரவு படுக்கும்போது வெந்நீரில் சாப்பிடவும். நெஞ்சு எரிவது, நெஞ்சு வலி முதலியவை இந்தக் கடுக்காய் சூரணத்தால் குணமாகும்.

ஐயா! என் உள்ளங்கையிலும், பாதங்களிலும், கருமையான தழும்புகள் காணப்படுகின்றன. அரிப்பு இல்லை. ஆனால் சுரண்டினால் கண்ணாடியை சுரண்டுவது போல் உணர்ச்சி அற்று இருக்கிறது. அதில் வெடிப்பு ஏற்படுகிறது. எனக்கு வயது 61. மாத்திரைகளும் மருந்துகளும் உபயோகித்தும் குணம் இல்லை. தங்கள் ஆலோசனையை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- எஸ்.முருகேசன், பூதலூர்

ஐயா எனக்கு வயது 37. திருமணமாகி 10 வருடமாகி விட்டது. எனக்கு இரு கைகளிலும் நெல்லிக்காய் அளவு கட்டிகள் இருக்கின்றன. முதுகிலும், மார்பிலும் கட்டிகள் கிளம்புகின்றன. சில நேரங்களில் வலி இருக்கிறது. மற்றபடி தொந்தரவு எதுவும் இல்லை. இந்த கட்டிகளை போக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

- கே.பாலசுப்பிரமணியம், கே.கே.புதூர், கோயமுத்தூர்

ஐயா என் இடது காலில் சிரங்கு வந்த இடத்தில் கறுப்பாக தழும்பு போல் உள்ளது. அந்த இடத்தில் மட்டும் தோல் தடிப்பாக உள்ளது. அரிப்பும் இருக்கிறது. சொரிந்தால் வலியோ உணர்ச்சியோ இல்லை. உடலில் சில இடங்களில் திட்டு திட்டாக தேமல் போல் வெளுக்க ஆரம்பிக்கிறது. இவற்றைப் போக்க எளிய மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.ராகவன், சென்னை-16

உடலில் எந்த பகுதியிலாவது தடிப்பு, சொறி, சிரங்கு போன்றவை வந்தால், ரத்தத்தில் கோளாறு என்பதை அறிய வேண்டும். ரத்தத்தை சுத்தமாக்கினால் அந்தகைய சரும நோய்கள் வராது. அதற்கு பலமுறை, பல்வேறு மருந்துகளை நான் கூறி இருக்கிறேன். இருப்பினும் திருப்பி திருப்பி அதே கேள்விகள் வருகின்றன. எனவே அந்த பதில்களை படிப்பவர்கள் அதை எழுதி வைத்துக் கொண்டு தாங்கள் மட்டுமின்றி மற்றவர்களும் பயன்பட செய்ய வேண்டும்.

கீழாநெல்லி மூலிகை பலருக்கு தெரியும். இதை காமாலை நோய்க்கு உபயோகிக்கலாம். இந்த செடியை வேராடு பிடுங்கி வரவும். அதன் அளவு வெள்ளருகு செடியும் கொண்டு வரவும். இரண்டையும் சேர்த்து பசும் பால் அல்லது வெந்நீர் தெளித்து இடித்து அரை லிட்டர் சாறு எடுக்கவும். அதை அரை லிட்டர் விளக்கெண்ணெயுடன் கலக்கவும். அதனுடன் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும் கார்போக அரிசி 25 கிராம் வாங்கி பொடி செய்து போட்டு கலக்கி காய்ச்சவும். தைல பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி வைத்துக் கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றில் இரவு படுக்கும் போதும் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு பசும்பால் அல்லது வெந்நீரில் 48 நாட்கள் சாப்பிடவும். நல்லெண்ணெய், புளி, பாகற்காய், அகத்திக்கீரை ஆகியவை சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனது தாயாருக்கு வயது சுமார் 40 இருக்கும். விஷக் கடியால் உடல் பூராவும் அரிப்பு தாங்க முடியவில்லை. இரவு பகல் தூக்கமின்றி கஷ்டப்படுகிறார்கள். ஆங்கில மருந்து ஊசி இவைகளில் அறவே தீர்கவில்லை. சுமார் இரண்டு மூன்று மாதமாக கஷ்டப்படும் என் தாயாருக்கு உடனே ஒரு ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- பன்னீர்செல்வம், வடகோவலூர்

விஷக் கடியினால் ரத்தம் அசுத்தமாகி அரிப்பு, தடிப்புகள் முதலியன உண்டாகும்.

சிறியநங்கை என்ற ஓர் மூலிகை உள்ளது. அது கிடைக்காவிடில் பெரியநங்கை உபயோகப்படுத்தலாம். அது கிடைக்காவிடில் வெள்ளருகு

மூலிகை உபயோகிக்கலாம். எது கிடைத்தாலும் சரி, வேருடன் பிடுங்கி நிழலில் உலர்த்தி பொடி செய்யுமுன் வெயிலில் கொஞ்ச நேரம் உலர்த்தி எடுத்து உரலில் இடித்து மாவு சல்லடையில் சலித்து சூரணத்தை புட்டியில் அடைக்கவும்.

இதில் ஒரு கிராம் அளவு காலை மாலை 3 நாட்கள் சாப்பிட்டுவிட்டு உப்பில்லாமல் பால் சாதம் சாப்பிட இவ்வித விஷக்கடி நோய்கள் குணமாகும். குணமான பிறகு ஒரு மாதம் வரை புளி சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! என் மகளுக்கு வயது 14. அவள் காலில் கரண்டைக்குக் கீழ் 4 வருடங்களுக்கு முன் அரிப்பு ஏற்பட்டது. அதை சொறிந்து சொறிந்து இப்போது அதில் உணர்ச்சி இல்லை. சொறிந்தால் தண்ணீர் போல் வருகிறது. எவ்வளவோ பணம் செலவு செய்தும் குணமாகவில்லை. ஆகவே தாங்கள் தகுந்த வைத்திய முறையை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- எஸ்.முத்துமாலை அம்மாள், குமாரசாமிபுரம், திருநெல்வேலி மாவட்டம்

விளக்கெண்ணெய் 1/2 லிட்டர், சோற்றுப்பு ஒரு கைப்பிடி எடுத்துக் கொள்ளவும். விளக்கெண்ணெயை அடுப்பில் காய்ச்சவும். நன்றாக காய்ந்து புகை கிளம்பும் போது உப்பை தூள் செய்து அதில் போட்டு குச்சியால் கிளறி இறக்கி வைக்கவும்.

காலையில் இந்த எண்ணெயை பழைய சாதம் சாப்பிட்டுவிட்டு, மேற்பூச்சாக தடவி விடவும். மாலையில் கடலை மாவினால் தேய்த்துக் குளிப்பாட்டவும். இப்படி ஒரு வாரம் செய்தால் சிரங்குகள் எல்லாம் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 26. உடம்பில் வேர்வை வந்ததும் நாற்றம் வருகிறது. அதைப் போக்க தகுந்த வைத்தியத்தை தாங்கள் சொல்லவும்.

- எஸ்.என். ஜெகநாதன், சென்னை-16.

உடம்பில் கற்றாழை நாற்றம் சிலருக்கு வருவதுண்டு. சிவக்கரந்தை என்ற மூலிகை சில இடங்களில் கிடைக்கும். அது கிடைக்காவிட்டால் கொட்டக்கரந்தை உபயோகிக்கலாம். இது எங்கும் கிடைக்கும்.

இந்த குத்து செடிகளை வேருடன் பிடுங்கி நிழலில் உலர்த்தவும். உலர்ந்த பின் வெயிலில் ஒரு மணி நேரம் உலர்த்தவும். பிறகு அதை இடித்து பொடி செய்து சலித்து சன்னமாக தூளாக புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து தண்ணீரில் அல்லது பசும்பாலில் சாப்பிடவும்.

இதனால் உடலிலுள்ள பல நோய்கள் போவது தவிர துர்நாற்றமும் ஒழியும். நாலைந்து மாதங்கள் சாப்பிடவும்.

> **ஐயா, எனக்கு உதடுகளிலும், கால் விரல்களிலும் வெள்ளைத் தழும்பு ஏற்படுகிறது. மேலும் எனக்கு வாத நோய் உள்ளது. அதற்கு சித்த மருந்து சாப்பிட்டு வருகிறேன். வெள்ளைத் தழும்பை போக்க சித்த மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.**
>
> **- எம்.பி.பி.பிள்ளை, நெல்லை-1**

தங்களுக்கு உள்ள நோய் அநேகமாக வெண் குஷ்டமாக இருக்கலாம். இதற்கு கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை 1/2 தேக்கரண்டி அளவு வெந்நீரில் அல்லது பசும் பாலில் சாப்பிடவும். இதை சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

அதிவிடையம் 100 கிராம், கார்போக அரிசி 100 கிராம், கருஞ்சீரகம் 60 கிராம் இவைகளையெல்லாம் நாட்டு மருந்து கடைகளில் இருக்கும். இவற்றை வாங்கி தனித்தனியே லேசாக வாசனை கிளம்ப வறுத்து அனைத்தையும் சேர்த்து இடித்து, சலித்து சன்னமாக தூளாக புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதை மேற்சொன்னபடி சாப்பிட வேண்டும்.

> **ஐயா! என் உடலில் இடுப்புக் கீழே தோள் பட்டையிலிருந்து இரண்டு கைகளிலும் அரிப்பு ஏற்படுகிறது. இரவு நேரங்களில் அரிப்பு தாங்க முடியவில்லை. ஆங்கில மருந்துகள் போட்டேன். பூரண குணம் இல்லை. முற்றிலும் அரிப்பை போக்க தாங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.**
>
> **- டி.சுப்பிரமணியன், இருங்கூறர்**

கீழ்க்கண்ட மருந்து தயாரித்து வைத்துக் கொண்டு 4, 5 மாதங்களுக்கு தொடர்ந்து சாப்பிட சொறி, சிரங்கு, அரிப்பு முதலிய எல்லா சர்ம நோய்களும் குணம் ஆகும்.

விளக்கெண்ணெய் 1 லிட்டர், கார்போக அரிசி 25 கிராம், வெம்பாளரிசி 20 கிராம், காட்டு சீரகம் 20 கிராம், இந்த மூன்று சரக்குகளும் நாட்டு மருந்துக் கடையில் கிடைக்கும். இவைகளை பசும் பால் விட்டு அரைத்து விளக்கெண்ணெயில் போட்டு ஒரு மண் சட்டியில் காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியவுடன் இறக்கி ஆறவைத்து, ஒருபுட்டியில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

இந்த எண்ணெயை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு இரண்டு அவுன்ஸ் பசும் பால் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிடவும்.

பத்தியம்: புலால், வாழைப்பழம், உருளைக் கிழங்கு, பச்சை மிளகாய், கத்தரிக்காய் சாப்பிடக் கூடாது.

> **ஐயா! எனக்கு 3 மாதமாக மூக்கின் மேல் பாகத்திலும், கன்னங்களிலும் 10 பைசா அகலத்தில் கறுப்பு தேமல் மாதிரி இருக்கிறது. தோல் சம்பந்தப்பட்ட வைத்தியரிடம் காண்பித்து மருந்து சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை. நீங்கள் இதைக் குணப்படுத்த உதவி செய்ய வேண்டுகிறேன்.**
>
> **- எம்.முகம்மது அலி, திருவாரூர்**

> **ஐயா! எனக்கு கடந்த 2 வருடங்களாக தொடை இடுக்குகளில் அரிப்பு இருக்கிறது. ஆங்கில மருத்துவர்களிடம் சென்று சிகிச்சை பெற்றேன்; தற்காலிக நிவாரணம்தான் கிடைத்தது. மீண்டும் அதே தொல்லை ஏற்படுகிறது. ஆகவே நிரந்தர குணம் காண உங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.**
>
> **- அல்.ராசன், சென்னை-18**

> **ஐயா! எனக்கு வயது 32. சில ஆண்டுகளாக தொடை இடுக்கில், உள்ளங்கை அகலத்தில் கறுப்பாக உள்ளது. அரிப்பு உள்ளது. டாக்டரிடம் காண்பிக்கவில்லை. உங்கள் மருத்துவ குறிப்பை அறிய விரும்புகிறேன்.**
>
> **- கே. மயில்வாகனன், திருச்சி-29**

வயது முதிர்ந்த பூவரசன் மரத்தின் வேர் பகுதி பட்டைகளை வெட்டி வந்து இடித்து நன்றாக பொடி செய்து ஜலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதில் அரைத் தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து பசும் பாலில் காலை மாலை சாப்பிடவும். தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் ரத்தத்தில் உள்ள கோளாறு நீங்கி சரும நோய்கள் அனைத்தும் குணமாகும்.

தொடை இடுக்கில் புண், கரப்பான் அதிகமாக இருந்தால் வாழைப் பழத்தை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு எருக்கம்பால் ஒரு தேக்கரண்டி விட்டு பிசைந்து அதில் தடவவும். காலையில் தடவி விட்டு மாலை 5 மணிக்கு கடலை மாவு தேய்த்து சுத்தப்படுத்தவும். இப்படி ஒரு வாரம் செய்தால் சரியாகிவிடும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 18. திருமணம் ஆகவில்லை. என் இடது கால் மட்டும் வீக்கமாக உள்ளது. தூங்கி எழுந்தால் காலையில் கொஞ்சம் வீக்கம் குறைகிறது. பிறகு மீண்டும் வீங்கி விடுகிறது. நாட்டு வைத்தியமும் பலன் தரவில்லை. எனவே உங்கள் உதவியை நாடுகிறேன்.**
>
> **- என்.கோமதி, திருப்பணந்தாள்**

கால்களில் நீர் சுரப்பது ரத்தம் இல்லாததாலா? அல்லது மலேரியா என்னும் யானைக்கால் நோயால் இருக்கலாம். சங்கம் வேர்ப்பட்டை 100 கிராம் வாங்கவும். அதில் 10 கிராம் எடுத்து 10 கிராம் சோம்பு என்னும் பெருஞ்சீரகம் சேர்த்து இடித்து சட்டியில் போடவும்.

அதனுடன் கொல்லன் உலையில் கிடைக்கும் கிட்டம் 10 கிராம் எடுத்து தூள் செய்து போட்டு அரை லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றி காய்ச்சவும். தண்ணீர் 200 மில்லி அளவுக்கு வற்றியதும் இறக்கி வடிகட்டவும். இதை காலை 100 மில்லி மாலை 100 மில்லி தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் ரத்தம் உடலில் பரவும். நீரும் நன்றாக பிரியும்.

ஐயா! எனக்கு 80 வயது ஆகிறது. எனக்கு முழங்கால், முழங்கை இன்னும் சில இடங்களில் படை போல் உள்ளது. சொறிந்தால் செதில்களாக விழுகிறது. ஆஸ்பத்திரியில் ஊசி போட்டு மருந்தும் சாப்பிட்டேன். மீண்டும் மீண்டும் வருகிறது. இதற்கு தகுந்த சிகிச்சை முறையை தாங்கள் தெரிவிக்கவும்.

- கே.பசுபதி, கரூர்

உங்கள் வயதுக்கு எந்த மருந்து சாப்பிட்டாலும் உடலில் சீக்கிரம் பிடிக்காது. ரத்த நாளம் சுருங்கி இருப்பதால் மருந்து வேகமாக உடலில் பரவி வியாதியை நீக்காது. எனினும் கீழ்க்கண்ட மருந்து சாப்பிடலாம்.

கடுக்காய் தோல், வெப்பாலரிசி, கார்போகரிசி, கருஞ்சீரகம் ஆகியவை தலா 20 கிராம் வாங்கி, பசுங் கோமியத்தில் ஒருநாள் ஊற வைக்கவும். மறுநாள் அதை உலர்த்தவும். நன்றாக உலர்ந்த பின் இடித்து ஜலித்து சூரணமாக வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம் காலை மாலை தண்ணீரில் சாப்பிடவும். மேல் பூச்சுக்கு கீழாநெல்லி இடித்து, பிழிந்து சாறு எடுத்து அதற்கு 2 மடங்கு தேங்காய் எண்ணெயில் கலந்து சுட வைத்து தைல பதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு அதைத் தடவி வரவும்.

ஐயா! என்னுடைய உடம்பில் இரண்டு மூன்று மாதமாக எப்போதாவது லேசாக அரிப்பு எடுக்கும் போது சொறிந்து விட்டால் பிறகு கொஞ்ச நேரத்தில் சொறிந்த இடத்தில் தடுப்பு அதிகமாக விழுந்து விடுகிறது. பிறகு சிறிது நேரத்தில் மறைந்து விடுகிறது. ஒவ்வொரு நேரத்தில் முகத்தில் சொறியும்போது தடுப்பு விழுந்து விடுகிறது. அருவருப்பாக இருக்கிறது. இதைப் போக்க தாங்கள் என்ன வழி கூறவேண்டும்.

- கே.கவிராஜ், டி.கல்லுப்பட்டி

உடலில் விஷநீர் அல்லது ரத்தத்தில் விஷ நீர் கலந்து விட்டால் இவ்வித சொறி, தடுப்புகள் உண்டாகும். வேப்ப இலை இவ்வித விஷங்களை முறிக்கும். தாங்கள் வாசகர் பி.சோலைக்கண்ணு, சென்னை-14 கூறியுள்ள மருந்தைத் தயாரித்து, காலை வெறும் வயிற்றில் தொடர்ந்து 20 நாட்கள் சாப்பிடவும். புலால் சாப்பிடாதீர்கள்.

ஐயா! எனக்கு தோளில், இடுக்கில் உள்ள வேர்வையில் மிகுந்த வாடை வீசுகிறது இதற்கு எவ்வளவோ முயற்சி செய்தும் பலனளிக்கவில்லை. அதற்கு தாங்கள்தான் சிறந்த வழியை கூறி அந்த வாடைய நீக்க வேண்டும்.

- ஏ. ஜஹாங்கீர், துறையூர்

கோஷ்டம் என்னும் வேர் நாட்டுமருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் 200 கிராம் வாங்கி ஒருநாள் வெயிலில் உலர்த்தவும். மறுநாள் அதை எடுத்து இடித்து ஜலித்து வைத்துக் கொள்ளவும் இந்த சூரணத்தில் காலை மாலை அரை தேக்கரண்டி வீதம் தண்ணீரில் சாப்பிடவும். குறைந்தது 48 நாட்கள் விடாமல் சாப்பிட வேண்டும். உடல் உண்டாகும் கற்றாழை நாற்றம் இதன் மூலம் போகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 67. என் நெற்றியில் குங்குமம் வைப்பது வழக்கம். ஆனால் கடந்த 10 வருடங்களாக குங்குமம் வைக்கும் இடத்தில் நெற்றில் அரிப்பு ஏற்படுகிறது. முகத்தை தேய்த்தால் வீங்கி விடுகிறது. ஊசி போட்டால், வீக்கமும் அரிப்பும் சரியாகி விடுகிறது. பிறகு மீண்டும் அதுபோல் வருகிறது. இதற்கு தகுந்த மருந்து கூறுங்கள்.

- வி.நாகம்மாள், கரூர்

விளக்கெண்ணெய், சீமை அகத்தி, வெங்காய சாறு, தேங்காய்ப்பால் ஆகியவை சம அளவு கலந்து பதமாக காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு, ஒரு தேக்கரண்டி அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் 2 அவுன்ஸ் பசும் பாலில் கலந்து 48 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

கலப்பு குங்குமத்தால் இத்தகைய அரிப்பு ஏற்படலாம். குங்குமம், மஞ்சள், படிகாரம், நல்லெண்ணெய் ஆகியவற்றால் செய்யப்பட வேண்டும்.

ஆனால் இப்போது கெமிக்கல் போன்றவைகளால் குங்குமம் தயாரிக்கிறார்கள். இதனால்தான் கெடுதல் விளைகின்றன. எனவே பெண்கள் கவனமாக இருக்க வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20 ஆகிறது. எனக்கு உள்ளங்கையிலும் பாதங்களிலும் வியர்வை கொட்டுகிறது. இதை போக்க டாக்டர்களிடம் காட்டினேன். ஊசி போட்டு அனுப்பினார்.

ஆனால் மீண்டும் வியர்த்துக் கொண்டே இருக்கிறது. இது 8 வயது முதல் இருக்கிறது. தயவு செய்து இதற்கு பதில் அளிக்குமாறு வேண்டிக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.முருகேசன், ஈரோடு

உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் வியர்வை வருவது மிக அருவருக்கக் கூடியது. இந்த நோய் உடலில் இரும்பு சத்து குறையும்போது வரக் கூடியது. இதற்கு அயச் செந்தூரம், அயக்காந்த செந்தூரம் முதலியவைகளில் ஏதாவது ஒன்று வாங்கி அரிசி அளவு காலை மாலை தேன் விட்டு மூன்று மாதம் சாப்பிட மேற்பட்ட நோய் அகலும்.

ஐயா! என் தாயாருக்கு கடந்த 10 ஆண்டுகளாக உடம்பில் ஒருவித அரிப்பு ஏற்பட்டு தடித்து விடுகிறது. இரவில் தூங்க முடிவதில்லை. விடிந்ததும் பார்த்தால், முகம், கை, கால் எல்லாம் தடிப்பாக இருக்கும். டாக்டர் இதை அலர்ஜி என்கிறார். ஊசி போட்டும் குணமாகவில்லை. தாங்கள் ஏதாவது வழி சொல்லுங்கள்.

- த.ஜோதிநாதன்

உடம்பில் அரிப்பு, சொறிந்தபின் தடிப்பு ஆகியவை உண்டாவது ரத்தத்தில் விஷம் கலந்து இருப்பதால்தான். உங்கள் தாயாருக்கு உள்ள நோயின் அறிகுறிகளைப் பார்க்கும்போது ஏதாவது சில வண்டுகளின் கடியால் ஏற்பட்டிருக்கலாம்.

தாங்கள் பி.சோலைக்கண்ணு, சென்னை-14 வாசகருக்குச் சொன்ன மருந்தைத் தயாரித்து 20 நாட்கள் சாப்பிடவும். பூரண குணமாகும். இதைச் சாப்பிடும் நாட்களில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது. விஷக் கிருமிகளால் உண்டாகும் அரிப்பு, தடிப்பு இதனால் குணமாகும்.

ஐயா! என்னுடைய மறைவுப் பகுதியில் 6 மாதமாக நமைச்சலும் எரிச்சலும் ஏற்படுகிறது. இதனால் மிகவும் சிரமப்படுகிறேன். இதைப் போக்க தங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- க.பாண்டியன், மூலக்கடை

ஐயா! எனது இரண்டு கால்களிலும், முழங்காலுக்குக் கீழ் அடிக்கடி புண் வருகிறது. அரிப்பு ஏற்பட்டு சொறிந்தால் தண்ணீர் வருகிறது. பிறகு புண்ணாகி விடுகிறது. 2 வருடங்களாக இப்படி உள்ளது. எனக்கு வயது 20. இளம் வயதில் இப்படி இருப்பது வேதனையாக உள்ளது. ஆகவே என் வேதனையை தீர்க்க தாங்கள் முன்வர வேண்டுகிறேன்.

- எம்.புஷ்பராஜ், தொட்டியம்

மேலே குறிப்பிட்ட வேப்பிலை மருந்தை நீங்களும் உள்ளுக்குச் சாப்பிடவும். மேல் பூச்சுக்கு, வேப்பிலையுடன் மஞ்சள் வைத்து அரைத்து தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு கலக்கி இரவில் புண்ணில் தேய்த்து படுக்கவும். காலையில் சீயக்காய் அல்லது கடலை மாவு தேய்த்து குளிக்கவும்.

ஐயா! என் மகளுக்கு முதுகில் ஒரு ரூபாய் நாணயம் அளவுக்கு வெள்ளையாக உள்ளது. 6 மாத காலமாக தலையில் வட்டம், வட்டமாக முடி உதிர்ந்து 10காசு அளவில் சொட்டையாக இருக்கிறது. அவளுக்கு வயது 15. எனவே இவற்றை குணப்படுத்த என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை தெரிவியுங்கள்.

- எம்.எஸ். காசிவிசுவநாதன், சென்னை-21

உடலில் வெண் புள்ளிகள் தோன்றினால் உடனடியாக கவனிக்க வேண்டும். இல்லை என்றால் அது பரவி வெண் குஷ்டமாக மாறி விகார தோற்றம் ஏற்படக் கூடும். வெள்ளை புள்ளிகள் இருக்கும் இடத்தில் ரோமம் வெள்ளையாக மாறும். இதை வெண்குஷ்டம் என்பார்கள்.

மருதாணி இலையை நிழலில் உலர்த்தவும். இடிப்பதற்கு 2 மணி நேரம் முன்பாக வெயிலில் வைத்து எடுத்து வைக்கவும். பிறகு இடித்து சலித்து வைத்துக் கொண்டு இந்த சூரணத்தில் அரை தேக்கரண்டி வீதம் காலை, மாலை தண்ணீரில் சாப்பிட வேண்டும். வெண் புள்ளி இருக்கும் இடத்தில் துளசி இலை சாறை தடவவேண்டும்.

தலையில் சொட்டைகள் இருப்பதாகக் குறிப்பிட்டு இருக்கிறீர்கள். இதற்கு பன்றி நெய் 200 மில்லி, தேங்காய் எண்ணெய் 200 மில்லி கலந்து காய்ச்சவும். பக்குவமாக சூடானதும் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு தினசரி அதை சொட்டையில் தடவி வந்தால் முடி வளரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 21. கடந்த சில மாதங்களாக முகத்தில் தேமல் இருந்து வருகிறது. டாக்டர்களை அணுகியதில் எந்த பலனும் இல்லை. இதற்கு சரியான மருந்து கூறுங்கள்.

- எம். தங்கராஜு, அதிரை

ரத்தத்தில் கெட்ட நீர் சேருவதால் உடலில் தேமல், அரிப்பு போன்றவை வரும். இதை அகற்ற 3 மாதத்திற்கு ஒருமுறை பேதிக்கு சாப்பிட வேண்டும். நன்றாக முற்றிய தேங்காய் பால் ஒரு லிட்டர் எடுத்து சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும். எண்ணெய் கட்டியதும் இறக்கி எண்ணெயை வடித்துக் கொள்ளவும்.

இந்த எண்ணெயை தினமும் காலையிலும், மாலையிலும் முகத்தில் பூசி வந்தால் பரு, படை, தேமல் ஆகியவை குணமாகும்.

ஐயா! என் மகளுக்கு வயது 7. தினசரி படுக்கையில் சிறு நீர் கழித்து விடுகிறாள். எவ்வளவோ நாட்டு மருத்துவம் கொடுத்தும் நிற்கவில்லை. மேலும் அவளுக்கு கரப்பான், சிரங்கு அடிக்கடி வருகிறது. ஆகவே தயவு செய்து இவற்றைப் போக்க ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- அனந்தராமன், கும்பகோணம்.

படுக்கையில் சிறுநீர் கழிக்கும் பழக்கத்தை மருந்தால் நிறுத்த முடியாது. தானாக சரியாகிவிடும். சிலர் 15 வயது வரை கூட இப்படிச் செய்வதுண்டு. இதற்கு காரணம் ஆழ்ந்த தூக்கம்தான். நல்ல தூக்கம் வருவது உடலுக்கு நல்லதுதான். ஆகவே இதுபற்றி கவலைப்பட வேண்டாம்.

சிரங்குக்கு மருந்து: குப்பைமேனி செடி இலைகளை பறித்து இடித்து சாறு அரை லிட்டர், நல்லெண்ணெய் அரை லிட்டர் இரண்டையும் கலந்து சிறு தீயில் காய்ச்சவும். தைல பதமாகும் போது இறக்கி வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் எடுத்து பால் அல்லது வெந்நீரில் உள்ளுக்கு கொடுக்கவும். 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் சிரங்கு நின்றுவிடும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 24. வலது கால் பாதம் முதல் முழங்கால் வரை உணர்ச்சி இல்லாமல் இருக்கிறது. அந்த இடத்தில் வியர்வை வரவில்லை. சாம்பல் பூத்தாற் போல் உள்ளது. வலது கையில் முழுவதும் உணர்ச்சி இல்லை. இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும்?

-எஸ்.கே.எம். பகல் அலி, கறம்பக்குடி

ஐயா! எனக்கு 18 வயது. நான் கல்லூரி மாணவன். என் உடம்பு முழுவதும் அழுக்காக இருக்கிறது. அரிப்பும் இருக்கிறது. தினசரி சோப்பு போட்டு குளித்தாலும் அது போன்று இருக்கிறது. இரு கால்களிலும் கறுப்பாக செதில்களும் புண்ணும் இருக்கிறது. இவைகளை போக்க உரிய ஆலோசனைகளை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- எஸ்.கண்ணன், அஞ்சிகிராமம்

உடலில் உணர்ச்சி இன்மை, சொறி சிரங்கு போன்ற தோல் வியாதிகளுக்கு முதிர்ந்த வேப்ப மரத்தின் மட்டையை உலர்த்தி பிறகு இடித்து தூள் செய்யவும். அதை நன்றாக ஜலித்து வைத்துக் கொண்டு அரை தேக்கரண்டி அளவு காலையிலும், மாலையிலும் பசும்பால் சேர்த்து தொடர்ந்து சாப்பிட்டுவர வேண்டும். புலால் வகைகளை சாப்பிட வேண்டாம்.

ஐயா, 16 வயதான எனக்கு 'உயிர் நிலையில்' ஒரு வருட காலமாக அரிப்பு உள்ளது. தொடையிலும் அரிப்பு எடுத்து புண்ணாகிறது. வெட்கப்பட்டு, டாக்டர்களிடம் காட்டவில்லை. ஆகவே தயவு செய்து நீங்கள்தான் மருந்து சொல்ல வேண்டும்.

- கே.தியாகராஜன், திருச்சி

உடலில் அரிப்பு உண்டாவதற்கு காரணம் ரத்தத்தில் மேகநீர் என்னும் துர்நீர் சேருவதால்தான். இதற்கு, ரத்த பரிசோதனை செய்து பார்த்தாலும் ரத்தம் நன்றாக உள்ளது என்று டாக்டர் சொல்வார். ஆனால் அதுசரியல்ல.

உடலில் உள்ள ரத்தம், நீர் ஆகியவற்றில் உள்ள அசுத்தத்தைக் கழித்தால் அரிப்ப தானாகச் சரியாகிவிடும்.

ரத்த சுத்திக்கு வேப்பிலை சிறந்தது. வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து தண்ணீர் தெளித்து அரைத்து 2 கோலி அளவுக்கு காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும்.

பிறகு வேப்பிலையும், கஸ்தூரி மஞ்சளும் சேர்த்து தண்ணீர் விட்டு அரைத்து அரிப்பு உள்ள இடங்களில் தடவி 4 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். பின்னர் சீயக்காய் அல்லது கடலை மாவு தேய்த்து குளிக்கவும். தொடர்ந்து 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் எல்லாவித அரிப்பும் குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 17. எனக்கு ஒரு ஆண்டுக்கு முன்பு மூக்கின் வலது துவாரத்தின் அருகில் கடுகு அளவு வெள்ளைத் தழும்பு விழுந்திருந்தது. இப்போது ஒரு பைசா அளவுக்கு பெரிதாகி விட்டது. இது எனக்கு அசிங்கமாகத் தெரிகிறது. இதற்கு எந்த மருந்தும் இதுவரை போடவில்லை. இதற்கு மருந்து தெரிவித்தால் நன்றி உள்ளவனாக இருப்பேன்.

- கே.தமிழரசி, சென்னை-17.

வில்வ பழத்தின் மேலோடு மஞ்சளாக இருக்கும். அதில் ஒரு பழம் எடுத்து உள்ளே இருக்கும் சதையை நீக்கிவிட்டு மேலோடு மட்டும் எடுத்துக் கொள்ளவும். அதை சந்தனக் கல்லில் தண்ணீர் விட்டு அரைத்து, குழைத்து வெள்ளையாக உள்ள இடத்தில் தடவி 2 அல்லது 3 நிமிடம் சூரிய வெளிச்சத்தில் நிற்கவும். ஒரு நாளுக்கு இரண்டு, மூன்று முறையாவது தடவ வேண்டும்.

உள்ளுக்கு மருந்து: வில்வ இலை - 5, மிளகு - 2. இந்த இரண்டையும் பசும் பால் விட்டு அரைத்து, பசும்பாலில கலந்து, சர்க்கரை சேர்த்து தினசரி காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும்.

இந்த நோயை வெண்குஷ்டம் என்பர். பயப்படக் கூடிய நோய் இல்லை என்றாலும் தகுந்த விதத்தில் சிகிச்சை பெறாவிட்டால் உடல் முழுவதும் பரவும். மருந்தை தொடர்ந்து சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 23. நான் கார் டிரைவராக வேலை பார்த்தேன். கடந்த 4 வருடமாக எனக்கு கைகளிலும், கால்களிலும் தண்ணீர் போல் வியர்வை வருகிறது. வெயில் நேரங்களில் அதிகமாக உள்ளது. செருப்பு போட்டு நடக்க முடியாதபடி காலில் வியர்வை வருகிறது. உங்கள் ஆலோசனையை நாடுகிறேன்.

- எஸ்.முத்துக்குமார், கே.புதூர்

கை, கால்களில் வியர்வை கொட்டுவதற்கு காரணம், உடலில் அயச் சத்து குறைவுதான். அயச் செந்தூரம், திரிகடுகு கலந்து காலை, மாலை தேனில் 2 மாதங்கள் சாப்பிட்டால் இது சரியாகி விடும். அயச் செந்தூரம் சித்த, ஆயுர்வேத மருத்துவரிடம் கிடைக்கும். அது கிடைக்காவிட்டால், கரிப்பான் என்னும் கரிசாலை செடியை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இந்தப் பொடியின் அளவில் 6ல் ஒரு பங்கு லேசாக வறுத்த சீரகத்தை பொடி செய்து கலந்து கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம், காலை மாலை பாலில் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனது தாயாருக்கு கடந்த 10 ஆண்டுகளாக உடம்பில் ஒருவித அரிப்பு ஏற்பட்டு தடித்து விடுகிறது. இரவில் தூங்க முடிவதில்லை. அரிப்பு ஏற்படுகிறது. விடிந்ததும் பார்த்தால் முகம், கை, கால் எல்லாம் தடித்து இருக்கும். டாக்டர் இதை அலர்ஜி என்கிறார். ஊசி போட்டும் குணமாகவில்லை. தாங்கள் ஏதாவது வழி சொல்லுங்கள்.

- ந.ஜோதிநாதன்

உடம்பில் அரிப்பு, சொறிந்தபின் தடிப்பு ஆகியவை உண்டாவது ரத்தத்தில் விஷம் கலந்து இருப்பதால்தான். உங்கள் தாயாருக்கு உள்ள நோயின் அறிகுறிகளைப் பார்க்கும்போது ஏதாவது சில வண்டுகளின் கடியால் ஏற்பட்டிருக்கலாம்.

கீழ்க்கண்ட மருந்தை 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் பூரண குணமாகும்.

வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து, லேசாக தண்ணீர் தெளித்து வெண்ணை போல் அரைக்கவும். காலை வெறும் வயிற்றில் இதை வாயில் போட்டு தண்ணீர் குடிக்கவும். இது சாப்பிடும் நாட்களில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது. விஷக் கிருமிகளால் உண்டாகும் அரிப்பு, தடிப்பு இதனால் குணமாகும்.

ஐயா! நான் வாழ்க்கையில் தீய பழக்கங்களால் என் உடல் பலகீனம் அடைந்து ரத்தக் குறைவு, சோர்வு, தலைவலி, உஷ்ணம், சோம்பல், கை கால் அசதி, தூக்கக் குறைவு, உடல் தளர்ச்சி, கை, கால் வலி, கால் குடைச்சல் உள்ளது. மனைவியை திருப்தி செய்ய முடியவில்லை. எனக்கு கடந்த 3 ஆண்டு களுக்கு முன் திருமணம் ஆகி ஒரு குழந்தை இருக்கிறது. நான் மிகவும் ஏழையாய் இருப்பதால் என் உடல் நலனுக்குத் தகுந்த சிகிச்சை சொல்லும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- பி.ரவி, பல்லடம்

அசுவகெந்தி என்னும் அமுக்கிரா வேர் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் ஒரு கிலோ வாங்கி உலர்த்தி மாவு அரைக்கும் இயந்திரத்தில் கொடுத்து மாவாக அரைத்து சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். மேற்படி சூரணத்தில் தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேக்கரண்டியளவு கற்கண்டு தூள் அல்லது சீனியைக் கூட்டி காலை மாலை பசும் பாலில் தொடர்ந்து 2 மாதங்கள் சாப்பிடவும். தளர்ந்த நரம்புகள் வலிவு பெறும். மற்றும் பலவித வாத நோய்கள் முதலானவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 37. சில காலமாக எனக்கு கை, கால்கள், உடம்பு முழுவதும் தளர்ந்து ஒரு பர்லாங்கு கூட நடக்க முடியவில்லை. அரை மணி நேரம் நிற்க முடியவில்லை. இந்திரியம் தண்ணீர் போல் உள்ளது. இதும் மனைவியுடன் நரக வேதனையோடு வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் எனக்கு தங்களின் வைத்தியம் ஆலோசனையை தெரிவியுங்கள்.

- பி.தனராஜ், பொள்ளாச்சி

ஐயா! எனக்கு 1973ம் ஆண்டு கழுத்து வலி ஏற்பட்டது. புதுவையில் உள்ள ஜிப்மர் ஆஸ்பத்திரியில் நரம்பு தளர்ச்சி என்று கழுத்தில் கட்டு போட்டு, நரம்பு சம்பந்தப்பட்ட ஊசியும் போட்டார்கள். இப்போது முதுகு வலி, கழுத்து வலி, தலை உச்சி அரிக்கிறது. இரவில் தூக்கத்தில் நீர் வெளியாகிறது. எனக்கு நிரந்தரமாக குணம் ஆக சிறந்த வைத்திய முறையில் மருந்து தெரிவிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.

- பி.எஸ்.மணி, ஓர்வேன்பேட்டை, பாண்டிச்சேரி

பாதாம்பிசின் அல்லது அது கிடைக்கவிட்டால் முருங்கை பிசின் எடுத்து நெய் விட்டு வறுத்து பொடி செய்யவும். அதில் 2 சிட்டிகை அளவு,

200 மில்லி பசும்பாலில் போட்டு காய்ச்சி, தினசரி இரவு சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் தங்கள் குறை நீங்கும்.

ஐயா! சில நாட்களாக எனக்கு வலது கையை தூக்கினால் அக்குளிலும், முழங்கையிலும் வலிக்கிறது. கையை நீட்டி மேலே தூக்கினால் நரம்புகள் தம்பூரா கம்பிகளைப் போல் மேலே வந்து தெரிகிறது. டாக்டரிடம் காட்டி மாத்திரை சாப்பிட்டேன். ஆஸ்பத்திரிக்கு சென்று பென்சிலின் ஊசி போட்டு வருகிறேன். இது என்ன நோய்? விரைவாக குணமடைய நல்ல மருந்து தெரிவிக்கவும்.

- ஆர்.சகாதேவன், சென்னை-31

தங்கள் நோயை நரம்பு சூலை என்பார்கள். நிலவேம்பு 10கிராம், சுக்கு 2 கிராம், மிளகு 2 கிராம், திப்பிலி 2 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். இவற்றில் சுக்கு தவிர மற்றவைகளை லேசாக வறுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து சட்டியில் போட்டு, அரை லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு காய்ச்சவும். அது பாதியாக வற்றிய பின் அதில் பாதியை காலையிலும் மீதியை மாலையிலும் தினசரி 20 நாட்களுக்கு சாப்பிடவும்.

வேப்பெண்ணை வாங்கி சுடவைத்து, லேசான சூட்டுடன் நரம்பு தெரியும் இடத்தில் தேய்க்கவும். சிறிது நேரம் எண்ணை ஊறிய பின் வெந்நீரில் சீகைக்காய் தேய்த்து குளிக்கவும்.

ஐயா! எனக்கு 23 வயது ஆகிறது. வலது காலில் வலிக்கிறது. ஏனென்றால் அந்தக் காலில் நரம்புகள் சுற்றி இருக்கிறது. நான் அதற்கு எண்ணை போட்டுப் பார்த்தேன். சரியாகவில்லை. இந்த நரம்புகள் சுற்றியிருப்பதை நீக்குவதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்? தகுந்த மருந்து கூறுங்கள்.

- டி.எல். சாக்ரியா, சென்னை-12

கால்களில் நரம்பு சுற்றிக் கொள்கிறது ஒரு கொடிய நோய். இது எந்த மருத்துவத்துக்கும் கட்டுப்படாது. கீழ்க்கண்ட மருந்து சாப்பிட்டால் ஓரளவு குணம் பெறலாம்.

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் சதகுப்பை 100 கிராம் வாங்கி நன்றாக இடித்து பொடி செய்யவும். அதனுடன் 100 கிராம் துளசி இலை வைத்து அரைத்து கண்டைக் காய் அளவு மாத்திரைகளாக செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதில் ஒரு மாத்திரை வீதம் காலை மாலை சாப்பிடவும். ஒரு மாத்திரையை தண்ணீரில் கரைத்து நரம்பு மேலே பூச வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 29. எனது கால், கைகள், தலை எல்லாம் ஆடிக் கொண்டே இருக்கின்றன. தலைக்கும் உடலுக்கும்

உணர்ச்சி குறைவாக இருக்கிறது. கழுத்துக்கு மேல் தலையே இல்லாதது போன்று இருக்கிறது. நான் எம்.ஏ. பட்டதாரி. அந்த படிப்பு முடித்த வருடத்திலேயே ஞாபகசக்தி போய்விட்டது. பல டாக்டர்களிடம் மருந்து சாப்பிட்டும் குணம் இல்லை. உங்களை நாடி சிகிச்சை தர வேண்டுகிறேன்.

- எஸ்.தங்கவேல், பள்ளவிளை, கன்னியாகுமரி மாவட்டம்

தங்கள் உடல் நிலையை கவனித்தால் நீங்கள் பயந்த சுபாவம் உடையவராகத் தோன்றுகிறது. பயம் எப்போதும் நரம்புகளைத் தாக்கும். இவ்வித நோய் வந்துவிட்டதே என்று பயம் கூடாது.

வல்லாரை என்ற மூலிகை குற்றாலம், மருதமலை போன்ற இடங்களில் கிடைக்கும். இதை ராமலிங்க சுவாமி, 'உடலைத் தேற்றி' என்று குறிப்பிடுள்ளார். ஞாபக சக்தியை அதிகமாக்கும்.

இதன் இலைகளை கொண்டு வந்து இடித்து சூரணமாக்கவும். அது 200 கிராம் இருக்கட்டும். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி தலா 20கிராம், அசுவகந்தி என்னும் அமுக்கிராக் கிழங்கு 50 கிராம் வாங்கவும். மிளகு, திப்பிலி மட்டும் லேசாக வறுக்கவும். பிறகு இந்த நான்கையும் சேர்த்து இடித்து தூள் செய்து ஜலித்துக்கொண்டு சூரணத்துடன் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம் காலையிலும், மாலையிலும் தேனில் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் தேறும். நரம்புகளும் பலப்படும்.

ஐயா! எனது தங்கையின் வயது 13. மூன்று நான்கு மாதங்களுக்கு ஒருமுறை அவளுக்கு வலிப்புபோல் வருகிறது. டாக்டரிடம் காண்பித்து மருந்து சாப்பிடுகிறாள். ஆனால் எந்த பலனும் இல்லை. ஆகவே என் தங்கையின் எதிர்காலம் பாதிக்காமல் இருக்க தங்கள் மருத்துவ ஆலோசனையை தெரிவிக்க கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.நஞ்சன், சென்னை-57

எட்டி மரப் பட்டையை வெட்டிக் கொண்டு வந்து அதை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதில் ஒரு மிளகு அளவு எடுத்து காலை, மாலை தண்ணீரில் சாப்பிட வேண்டும்.

ஒரு வாரம் விட்டு மறுவாரம் வீதம் 8 வாரங்கள் சாப்பிட்டால் குணமாகும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு நான்கு ஐந்து மாதங்களாக உடலில் இடது பக்கம் முழுவதும் வலிப்பு மாதிரி வருகிறது. அது வரும் பொழுது வியர்க்கிறது. இதற்கு நீங்கள்தான் மருந்து தெரிவிக்க வேண்டும்.

- எஸ்.தங்கராஜன், லட்சுமி மாநகரம், திருநெல்வேலி மாவட்டம்

செப்புக் கம்பியினால் செய்த வளையம் வாங்கி பெண்கள் அணிவது போல் கையில் ஒன்றை மாட்டிக் கொள்ளவும். அதேபோல் காலிலும் அணிந்து வந்தால் இழுப்பு வருவது நின்றுவிடும்.

ஐயா! என் மகனுக்கு வயது 13. சில மாதங்களுக்கு முன் மயக்கம் போல் வந்தது.பிறகு கை, கால் இழுப்பு வந்தது. இப்போது அடிக்கடி கை, கால்கள் கோணுகிறது. சில நிமிடங்களில் சரியாகி விடுகிறது. ஒருமுறை குளத்தில் குளிக்கும்போது மூழ்கும் தறுவாயில் காப்பாற்றப்பட்டான். ஆகவே என் பையனை காப்பாற்ற தாங்கள் நல்ல மருந்து சொல்லுங்கள்.

- எம்.பத்மாவதி அம்மாள் மரநேரி, தஞ்சை

தங்கள் மகனுக்கு உள்ள நோயை காக்காய் வலிப்பு என்பார்கள். இதற்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் எப்டாயின், கார்டினால் என்னும் தூக்க மாத்திரைகளை எழுதிக் கொடுத்து ஆயுள் உள்ளவரை சாப்பிடச் சொல்வார்கள். இதனால் ஓரளவு நிவர்த்தியானாலும் பிறகு இதய கோளாறும், நரம்புத் தளர்ச்சியும் வரும்.

மிளகு 10 கிராம் எடுத்து பொடி செய்து ஒரு கோப்பை தண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைக்கவும். அது பாதியாக சுண்டியதும் இறக்கி ஆற வைத்து கொள்ளவும். இழுப்பு வந்து எழுந்ததும் இந்த கஷாயத்தை கொடுக்கவும். இப்படி ஒவ்வொரு முறையும் கொடுத்து வரவும். 2 அல்லது 4 தடவை கொடுத்தால் பிறகு வலிப்பு வராது.

ஐயா! என் மகன் வயது 9. அடிக்கடி வலிப்பு நோய் வருகிறது. வலிப்பு வரும்போது வாயில் நுரை வருகிறது. கை விரல்கள் இழுத்துக் கொள்கின்றன. கண்கள் சொருகிக் கொள்கிறது. சில நேரம் ஒரே நாளில் இரண்டு மூன்று தடவை கூட வருகிறது. 3 வயதில் இருந்தே இப்படி இருக்கிறது. இதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்?

- பி.குழந்தைவேலு, கோதை மங்கலம்

தங்கள் மகனுக்கு உள்ள நோயை காக்கா வலிப்பு என்பார்கள். வலி வரும்போது வெங்காயத்தை இடித்து ஒரு துணியில் கட்டி பிழிந்து கண்ணில் விடுங்கள். உடன் தெளிவு உண்டாகும்.

எட்டிக் கொட்டை 20 எடுத்து கத்தியால் இரண்டு மூன்றாக பிளந்து அதை எருக்கம் பாலில் ஒரு நாள் ஊற வைக்கவும் . ஊறிய பின் மிளகு 10 கிராம் சேர்த்து அம்மியில் வைத்து அரைக்கவும். அதை உளுந்து அளவு மாத்திரைகளாக செய்து தினசரி காலை மாலை ஒவ்வொரு மாத்திரையை போட்டு தண்ணீர் கொடுக்கவும்.

இப்படி இரண்டு மூன்று மாதங்கள் கொடுத்தால் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 24. டாக்சி டிரைவர். எனக்கு 3 மாதத்திற்கு ஒரு முறை இடது கையில் ஊறல் போன்று விறுவிறுப்பும் வந்து வெட்டி இழுத்தது. உடனே மயக்கம் போட்டு விழுந்து விடுகிறேன். வாயும் கோணுகிறது. கடந்த 1½ வருடங்களாகத் தான் இதுபோல் இருக்கிறது. இதைத் தீர்ப்பதற்கு தாங்கள் ஒரு மருந்து கூறுங்கள்.

- ஏ.அற்புதம், வல்லநாடு

தங்கள் நோயை காக்காய் வலிப்பு என்று பாமர மக்கள் கூறுவார்கள். இது மூளை சம்பந்தப்பட்ட நோய். நெட்டி விதை 10 எடுத்து அதை எருக்கம் பாலில் ஊற வைக்கவும். 3 நாட்கள் ஊறிய பின் அதை துண்டு துண்டாக நறுக்கி இடிக்கவும். அது மெழுகு போல் வந்த பிறகு சீரகம் 3 தேக்கரண்டி வறுத்து பொடி செய்து அதனுடன் சேர்க்கவும். பனை வெல்லம் (கருப்புக்கட்டி) அல்லது பனை கற்கண்டு தேவையான அளவு சேர்த்து லேகியம் போல் செய்து கொள்ளவும். தினசரி இதில் கொஞ்சம் எடுத்து பசும் பால் அல்லது தண்ணீருடன் விழுங்கவும். 40 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 37. உடலில் உஷ்ணம் அதிகமாக உள்ளது. கண் எரிச்சல், முகம் உடல் முழுவதும் கதகத என்று காந்தலாக இருக்கிறது. சிறுநீர் சூடாகவும், மஞ்சளாகவும் போகிறது. வாரம் 2 முறை எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்கிறேன். தும்மலும் ஜலதோஷமும் உள்ளது. இந்த உஷ்ணத்தைக் குறைக்க வழி சொல்லுங்கள்.

- கே. ராஜமாணிக்கம், கும்பகோணம்

உங்கள் நோயை நீங்கள் சரியாக கவனித்து இருக்கிறீர்கள். கீழ்க்கண்ட தைலம் தயாரித்து வாரம் 2 நாட்கள் தலைக்கு தேய்த்து குளித்தால் உஷ்ணம் குறையும்.

சந்தனத்தூள், விலாமிச்ச வேர், வெட்டி வேர், குருவேர், ஜடாமாஞ்சி ஆகியவைகளை 100 கிராம் இடித்து ஒன்று பாதியாக சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

அதை 6 லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து ஒரு லிட்டர் அளவுக்கு கண்டியதும் வடிகட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும். அதை ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் ஊற்றி அடுப்பு ஏற்றி சிறு தீயில் வைக்கவும். நீர் குறைந்து சிடுசிடுப்பு அடங்கிய பின் இறக்கி, அதில் பச்சைக் கற்பூரம் 2 கிராம் பொடி செய்துபோட்டு கலக்கி மூடி வையுங்கள். நன்றாக ஆறிய பிறகு புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

தினசரி இந்த தைலத்தை தலையில் தடவலாம். வாரம் 2 முறை இதை தலைக்கு தேய்த்துக் குளிக்கவும். தும்மல், ஜலதோஷம் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 26. திருமணம் ஆகாதவன். ஒரு வருடத்துக்கு முன்பு சென்னையில் 3 மாதம் தங்க நேரிட்டது. அப்போது உஷ்ணம் அதிகமாகி ரத்த வாந்தி எடுத்தேன். டாக்டரிடம் காண்பித்ததில் எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்து காச நோய் [டி.பி.] ஏற்பட்டு இருப்பதாக சொன்னார். மாத்திரை சாப்பிட்டேன். மேலும் உஷ்ணமாகி மஞ்சள் காமாலை வந்தது. மாத்திரையை நிறுத்தி விட்டேன். இப்போது ஞாபக சக்தி குறைவாக உள்ளது. பேசும்போது குரலும் சரியில்லை. உடல் சோர்வாக உள்ளது. இந்த குறைகளை போக்க உங்கள் வைத்திய முறையை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- கே.மோகன், கோரிப்பாளையம், மதுரை

உங்கள் நோய் டி.பி. என்னும் உருக்கு நோய் அல்ல. உடலில் அதிக உஷ்ணம் ஏறி திடீர் என்று ரத்த வாந்தி வந்துள்ளது. கீழ்க்கண்ட மூலிகை

களைக் கொண்டு வந்து நிழலில் உலர்த்தி அல்லது பச்சையாக கசாயம் செய்து சாப்பிடுங்கள்.

கீழாநெல்லி, கரிப்பான் என்னும் கரிசாலி ஆகியவைகளில் ஒரு கைப்பிடி, வில்வ இலை 10 இலைகளைச் சேர்த்து இடித்து 1/2 லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். தண்ணீர் 1/4 லிட்டராக சுண்டிய பின் இறக்கி வடிகட்டி, கொஞ்சம் சர்க்கரை சேர்த்து காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் வரை சாப்பிட்டு வந்தால் உஷ்ணம் குறைந்து பலன் கிடைக்கும்.

ஐயா! எனக்கு 21 வயது ஆகிறது. இரு மாதங்களாக எனக்கு வேணல் கட்டி இருக்கிறது. உடம்பிலும் அதிக உஷ்ணம் உள்ளது. டாக்டரிடம் பல முறை காட்டியும் குணமாகவில்லை. தாங்கள் மருந்து தெரிவிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.

- மா. தாழமுத்து, பட்டுக்கோட்டை

தங்கள் நோய் அதிக உஷ்ணத்தால் வரக் கூடியதுதான். கீழ்க்கண்ட எண்ணெயை தயாரித்து, இரவில் படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பசும் பால் அல்லது வெந்நீரில் தினசரி சாப்பிட்டால் உஷ்ணம் குறையும். அரிப்பு, கட்டி போன்றவை குணமாகும்.

விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர், வெந்தயம் 50 கிராம், சாம்பார் வெங்காயம் 200 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். வெங்காயத்தை பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். விளக்கெண்ணெயை இரும்பு கடாயில் ஊற்றி அடுப்பேற்றி வெந்தயத்தையும், வெங்காயத்தையும் போட்டு காய்ச்சவும். வெங்காயம் காய்ந்து மேலே மிதக்கும் சமயத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து வடிகட்டி புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொண்டு மேற்சொன்னபடி சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா! சித்த வைத்தியத்தில் பற்றும் நம்பிக்கையும் உள்ள இந்த ஏழையால் உங்களை நேரில் காண முடியவில்லை. ஒரு வருடமாக ஆங்கில வைத்தியம் பார்த்துக் கொண்டிருந்த ஒரு ஆஸ்துமா நோயாளியை 3 வேளை மருந்தால் குணப்படுத்தி விட்டேன். ஆனால் எனக்கும், என் 4 வயது மகளுக்கும் உள்ள நோய்க்கு மருந்து தெரியவில்லை. நான் ஒரு கர்ண ரோகி, அடிக்கடி புண்ணாகி சீழ்வருகிறது. என் மகளுக்கு கர்ப்பச் சூடு மாதிரி எப்போதும் உடல் உஷ்ணம். இதற்கு தாங்கள் மருந்து கூறுங்கள்.

- ஆ.சகாதேவன், ராயப்பேட்டை

தேங்காய் எண்ணெய் 1/2 லிட்டர் வாங்கி அதில் கருள்பட்டை, பூவரசன் பட்டை ஆகியவைகளை 50 கிராம் வீதம் எடுத்து இடித்து எண்ணெயில் போடவும். பிறகு அதை வெயிலில் தினமும் வைத்தால் தைலம் சிகப்பு நிறமாகும். ஒரு வாரம் கழித்து அதை லேசாகத் தடவி இரண்டு மூன்று மணி நேரம் ஊறிய பின் கடலைமாவு அல்லது சீக்காய் தேய்த்து குளிக்கவும். கருள்பட்டை நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். பூவரசன் பட்டை மரத்திலிருந்து வெட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும். இந்த எண்ணெயை மேல்பூச்சாகத் தடவவும். மேலும் உங்கள் குழந்தைக்கு மேலே சொன்னபடி மா.தாழமுத்து அவர்களுக்கு கூறியுள்ள எண்ணெயை தயாரித்து சாப்பிடச் சொல்லவும்.

ஐயா! என் வயது 21. கடந்த 3 மாதங்களாக உட்கார முடியாமல் ரணமாக இருக்கிறது. உள் மூலமாக இருக்கும் என்று பயப்படுகிறேன். மலச்சிக்கலும் உள்ளது. நான் மிகவும் வறுமை நிலையில் உள்ளவன். ஆகவே இதற்கு எளிய மருந்து கூறுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எம்.ஆர். மனோகரன், பழைய வண்ணாரப்பேட்டை

தாங்கள் மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும். அதிக உஷ்ணத்தால் இந்த நோய் வருகிறது. விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர், குப்பைமேனி இலைச்சாறு ஒரு லிட்டர், இரண்டையும் கலந்து இரும்பு கடாயில் விட்டு அடுப்பேற்றி எரிக்கவும்.

நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் சிடுசிடுப்பு அடங்கும்போது இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இரவு படுக்கும்போது அதில் ஒரு அவுன்ஸ் எடுத்து 2 அவுன்ஸ் பால் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிட்டு வந்தால் மூலம் குணமாகி உடல் தேறும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 32. கடந்த சில நாட்களாக தொண்டையில் சளி இருப்பது போல் ஓர் உணர்வு உள்ளது. இருமலோ இளைப்போ இல்லை. பேசவோ, மூச்சு விடவோ தடை இல்லை. இருப்பினும் தொண்டையில் ஏதோ அடைத்து இருப்பதுபோன்று உணர்வு. இது மிக்க மனஉளைச்சலைத் தருகிறது. இந்த குறைக்கு தக்க மருந்து கூறி, எனது கவலையை போக்க வேண்டுகிறேன்.

- சுப்பிரமணியன், ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர்

தங்களுக்கு உள்ள நோய் அதிக உஷ்ணத்தால் உண்டான நோய். முக்கியமாக உடலில் இரண்டு குற்றங்கள் இருக்கக் கூடாது. ஒன்று கபக் குற்றம். இரண்டு மலக் குற்றம். மலம் ஆசனத்தில் வந்து அடைப்பு ஏற்படக்

கூடாது. அதைப் போலவே நெஞ்சில் சளி இருக்கக் கூடாது. கீழ்க்கண்ட மூலிகைகள் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும்.

அதிமதுரம் 50 கிராம், அக்கரகாரம் 50 கிராம், அக்கரகாரத்தை மாத்திரம் ஒன்றிரண்டாக இடித்து ஒரு சட்டியிலிட்டு லேசாக வாசனை கிளம்பும் அளவுக்கு வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பிறகு அதிமதுரம், அக்கரகாரம் இரண்டையும் சேர்த்து இடித்து, சலித்து சீனி 50 கிராம் சேர்த்து கலக்கி புட்டியில் அடைக்கவும். இதில் 1/2 தேக்கரண்டி அளவு, காலை, மாலை வெந்நீரில் சாப்பிடவும்.

குறிப்பு: அக்கரகாரம் அசல் அக்கரகாரமாக இருக்க வேண்டும். கடையில் ஏதோ வேரை கொடுத்து ஏமாற்றுவார்கள். கேட்டு வாங்கவும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 13, 9வது வகுப்பு படிக்கிறேன். ஒரு சில நாட்களுக்கு முன் எங்கள் பள்ளியில் டாக்டர்கள் வந்து மருத்துவ சோதனை நடத்தினார்கள். அப்போது எனக்கு நாக்கில் புண் இருப்பதாக சொன்னார்கள். எனக்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் நம்பிக்கை இல்லை. ஆகவே தாங்கள் தகுந்த மருந்து தெரிவிக்கவும்.***
>
> **- ஆர்.முருகேசன், கும்பகோணம்.**

உஷ்ணம் அதிகமானால் நாக்கில் புண் வரும். உணவில் நிறைய நெய், மோர், பால் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். மோர் மட்டுமாவது கண்டிப்பாக சேர்க்க வேண்டும். காரம் குறைவாக சாப்பிட வேணடும்.

தினசரி காலை எழுந்ததும் வெறும் வயிற்றில் அரைத் தேக்கரண்டி வெந்தயத்தை எடுத்து வாயில் போட்டு ஒரு தம்ளர் மோர் குடிக்கவும்.

அதைக் காட்டிலும் மேலானது சோற்றுக் கற்றாழை. அதன் மேல் தோலை நீக்கி சோற்றை மட்டும் எடுத்து நன்றாக தண்ணீர் விட்டு அலம்பிக் கொள்ளவும். அதனுடன் பனை வெல்லம் அல்லது பனங்கற்கண்டு சேர்த்து காலை வெறும் வயிற்றில் 10 அல்லது 15 நாட்களுக்கு சாப்பிடவும்.

சோற்றுக் கற்றாழை தயார் செய்ய முடியாவிட்டால், வெந்தயத்தை உபயோகிக்கவும்.

வாசகர் நவநீதம், திருச்சி வாசகருக்கு கூறியபடி செய்யவும். உஷ்ணம் குறையும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 22. மூச்சு விட்டால் நெஞ்சு வலி ஏற்படுகிறது. கை கால் நடநட என்று லேசாக ஆடுகிறது. எப்போதாவது இப்படி இருக்கிறது. தாங்கள் இதற்கு வைத்தியம் சொல்லுங்கள்!***
>
> **- ஏ.மொய்தீன், திருச்சி**

வாத, பித்த, சிலேத்துமங்களில் சிலேத்துமம் அதிகமானால் உடலில் உஷ்ணம் அதிகமாகும். உடனே கை கால்களில் எரிச்சல், கொதிப்பு, நெஞ்சுவலி உண்டாகும்.

சீரகம், சீனா கற்கண்டு 20 கிராம் வீதம் வாங்கி, தனித்தனியே பொடி செய்து பிறகு கலந்து கொள்ளவும். அதனுடன் ஒரு கிராம் பச்சை கற்பூரம் பொடி செய்து கலக்கவும். இதில அரை தேக்கரண்டி வீதம் காலை, மாலை தண்ணீரில் சாப்பிடவும். 48 நாட்களுக்கு தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் குணமாகும். அதன்பிறகு சோற்றுக் கற்றாழை சோறை எடுத்து பனங்கற்கண்டு சேர்த்து ஒரு பெரிய இரும்பு கரண்டி அளவுக்கு தினசரி காலை மாலை சாப்பிடவும். இப்படி 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் மூல உஷ்ணம் குறைந்து கண் பார்வையும் தெளிவாகும்.

> ***ஐயா! எனக்கு 43 வயது ஆகிறது. உடலில் சில சமயம் தடிப்பு ஏற்பட்டு அரிக்கிறது. இப்படி ஏற்படும்போது உடலில் உஷ்ணம் அதிகமாகிறது. கண் பார்வை மங்கி 50 அடி தூரத்தில் இருப்பவர்கள் கூட தெரிவதில்லை. மலம் கழிக்கும்போது மூலம் வெளியில் வருகிறது. எரிச்சலும் இருக்கிறது. டாக்டரிடம் காண்பிக்க போதிய பொருளாதாரம் இல்லை. எனவே மேற்கண்ட வியாதி நீங்க எனக்கு வழி சொல்லுங்கள்.***
>
> **- கே.நல்லுசாமி, ஒரத்தநாடு, புதூர்சாலை**

தங்கள் உடம்பில் பித்தம் மிகுதியாக இருப்பதால் இவ்வித நோய் தோன்றுகிறது. மலம் சுத்தமாக கழிய வேண்டும்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடல் எடுத்து மேல் தோலை நீக்கி உள்ளே இருக்கும் சோற்றை தண்ணீரில் நன்றாகக் கழுவி 200 கிராம் அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

அதை துண்டு துண்டாக வெட்டி ஒரு பாத்திரத்தில் போடவும். அதனுடன் கடுக்காய் தோல் 25 கிராம் வாங்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்து போட்டு வைக்கவும். ஒரு மணி நேரம் கழித்து எடுத்து பிழிந்தால் தண்ணீராக வரும். அந்த தண்ணீருடன் ஒரு தேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் விட்டு சாப்பிடவும்.

அதைச் சாப்பிடும் அன்று வெறும் நொய் கஞ்சி உப்பு இல்லாமல் சாப்பிட வேண்டும். நான்கு ஐந்து தடவை பேதியாகும். இப்படி 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் மூல உஷ்ணம் குறைந்து கண் பார்வையும் தெளிவாகும்.

> ***ஐயா! என் வயது 35. திருமணமாகி 4 குழந்தைகள் இருக்கி றார்கள். நான் குடலில் அல்சர் காரணமாக ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை பெற்றேன். இப்போது சாப்பிட்டால் வயிற்று வலி***

அதிகமாக இருக்கிறது. சிறுநீர் மஞ்சளாக போகிறது. மலம் கழித்தால் அரை மணி நேரம் எரிச்சல் தாங்க முடியவில்லை. இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும்.

- பி. நவநீதம், திருச்சி

ஐயா! என் மகளுக்கு 10 வயது ஆகிறது. உடலை தொட்டால் எப்போதும் சூடாக இருக்கிறது. உச்சந்தலையும் மிகவும் சூடாக உள்ளது. மெலிந்து இருக்கிறாள். வயதுக்கேற்ற உடல் எடை இல்லை. தயவு செய்து இதற்கு தகுந்த மருந்து சொல்லுங்கள்.

....

தங்கள் நோய்கள் உடலில் அதிக உஷ்ணம் இருப்பதைக் காட்டுகின்றன. வாரத்திற்கு இருமுறை நல்லெண்ணெயில் சீரகம் போட்டு காய்ச்சி, சீரகம் கருகும்போது இறக்கி ஆற வைத்து தலைக்கு தேய்த்து சீயக்காய் போட்டு வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடலில் மேல் தோலை நீக்கி சிறு துண்டுகளாக வெட்டி நன்றாக அலசவும்.

இந்தாறு முறை கழுவிய பின் தண்ணீர் இல்லாமல் கற்றாழை சோற்றை மட்டும் எடுத்து பனை வெல்லம் அல்லது பனங்கற்கண்டு சேர்த்து ஒரு இரும்புக் கரண்டி அளவு தினசரி காலை, மாலை சாப்பிட்டு தொடர்ந்து 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் உஷ்ணம் குறைந்து மற்ற நோய்களும் குணமாகும்.

ஐயா! 27 வயதுதான் எனக்கு. அடிக்கடி ஒரு நாளைக்கு 20 தடவையாவது சிறுநீர் வருகிறது. குளிக்கும்போது தலையில் தண்ணீர் ஊற்றியதும் சிறுநீர் வருகிறது. இதற்கு காரணம் என்ன? இதைத் தடுப்பதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்?

- தஸ்தகீர், மண்ணடி

அடிக்கடி சிறுநீர் போவது அடி வயிற்றில் உள்ள வெப்பத்தை காட்டுகிறது. ஒரு நாளுக்கு 20 தடவை சிறுநீர் போவதாக கூறியுள்ளீர்கள். இந்நோய் நாளடைவில் உடலை உருக்கி பலம் குறைந்து விடும். இதற்கு நல்லெண்ணெயை உள்ளுக்கும் வெளியிலும் உபயோகிப்பது நல்லது. நல்லெண்ணெயில் சீரகம் போட்டு லேசாக கறுக்கும் வரை காய்ச்சவும். இந்த எண்ணெயை வாரம் 2 முறை தலைக்கு தேய்த்து குளிக்கவும்.

நல்லெண்ணெயை இட்லிப் பொடியில் சேர்த்து சாப்பிடுவதும் நல்லது.

சிறு கட்டுக் கொடி என்னும் மூலிகை கிடைத்தால், அதை உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டு வந்தால் பலன் தரும்.

ஐயா! எனக்கு உடலில் அதிகப்படியான உஷ்ணம் இருக்கிறது. நான் வாரம் தவறாமல் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்கிறேன். குளிர்ச்சியான பொருள்களை எல்லாம் சாப்பிடுகிறேன். உஷ்ணம் குறைய மருந்து சொல்லுங்கள். என் கால்களை இரண்டிலும் நரம்புகள் திடீர் என்று வலிக்கிறது. நடப்பதற்கு சிரமமாக உள்ளது. இதற்கும் மருந்து கூறுங்கள்.

- ஏ.சர்புதீன், திருச்சி

கீழாநெல்லி மூலிகையை இடித்து சாறு பிழிந்து கொள்ளவும். அதன் அளவுக்கு நல்லெண்ணெய் கலந்து கொள்ளவும். இவை இரண்டும் சேர்த்து ஒரு லிட்டர் என்றால், அதிமதுரம் 50 கிராம் வாங்கி இடித்து தூளாக்கி சலித்து, அதை பால் விட்டு அரைக்கவும். பின்னர் நல்லெண்ணெய் கலவையுடன் சேர்த்து காய்ச்சவும். தைல பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு வாரத்திற்கு இருமுறை தலையில் தேய்த்து எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்துவரவேண்டும். இதனால் உஷ்ணம் குறைவதோடு தலையில் புண், படை இருந்தாலும் குணமாகும்.

கால் நரம்பு வலிக்கு மருந்து:

கருப்புக்கட்டி (பனைவெல்லம்) ஒரு துண்டு சுக்கு, 2 கிராம் ஏலக்காய் ஆகியவற்றை இடித்து பொடி செய்து சட்டியில் போட்டு தண்ணீர் ஊற்றி காய்ச்சவும். கொதித்த பின் வடிகட்டி காப்பிக்குப் பதிலாக இதை சாப்பிட்டு வந்தால் நரம்பு இழுப்பு, வாதப் பிடிப்பு போன்றவை குணமாகும்.

இதை மதுரைக்கு தெற்கே உள்ளவர்கள் சுக்குத் தண்ணீர் என்று சொல்வார்கள். அங்குள்ள மக்கள் அடிக்கடி இதை உபயோகித்துப் பயன் பெறுகிறார்கள்.

ஐயா! எனக்கு வயது 24. என் கண்களில் எப்போதும் பீளை படர்ந்து கொண்டே இருக்கிறது. இதனால் பல தொந்தரவு ஏற்படுகிறது. பல மருந்துகள் உபயோகித்தும் பயன் ஏற்பட வில்லை. இதற்கு தங்கள் தான் ஒரு வழி கூற வேண்டும் என்று வேண்டிக் கொள்கிறேன்.

- ஆர்.கிருஷ்ணன், மதுரை

கண்களில் பீளை வருவது உடல் உஷ்ணத்தால்தான். உஷ்ணம் தலைக்கேறினால் கண்களுக்கு பாதிப்பு ஏற்படும். ஆகவே தலை உச்சியில் உஷ்ணத்தை குறைத்தால் உடல் உஷ்ணம் குறையும்.

கீழ்க்கண்ட தைலத்தை தயாரித்து வாரம் இரு நாட்கள் 3 தேக்கரண்டி எடுத்து உச்சியில் தேய்த்து அரை மணி நேரம் ஊறிய பின் சீயக்காய் தேய்த்து வெந்நீரில் குளிக்க வேண்டும்.

நல்லெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் எடுத்துக் கொள்ளவும். கீழாநெல்லி மூலிகையை வேருடன் பிடுங்கி வந்து சுத்தம் செய்து அரைத்து ஒரு மாங்காய் அளவு அந்த எண்ணெயில் போடவும். ஜடாமாஞ்சில் என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 15 கிராம் வாங்கி இடித்து தூள் செய்து அதையும் எண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும். சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் தைல பாகத்தில் இறக்கி வடிகட்டி புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். அதை மேற்சொன்னபடி உபயோகிக்கவும்.

> ***ஐயா! நான் சினிமா தியேட்டரில் ஆபரேட்டராக 12 வருடம் வேலை செய்து வருகிறேன். என்ன சாப்பிட்டாலும் என் உடல் தேறவில்லை. உடல் அதிக உஷ்ணமாக இருக்கிறது. என் மனைவியை திருப்திப்படுத்த முடியாமல் விந்து முந்தி விடுகிறது. உடல் பலவீனமாக உள்ளது. இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும்.***
>
> **- அ. செல்வம்**

தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, பூமி சர்க்கரை கிழங்கு ஆகியவை நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதனை 200 கிராம் வீதம் வாங்கி ஈரப்பசை இல்லாமல் உலர்த்தி இடித்து சன்னமாக ஜலித்து சூரணமாக்கிக் கொள்ளவும். அதனுடன் தேவையான அளவு நாட்டு சர்க்கரை கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிடவும். தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால் விந்து பலப்படும். உடல் தேறும்.

கேள்வி: ஐயா என் உடல் முழுவதும் படை போன்று [தேமல் என்று சொல்கிறார்கள்] நிறைய இருக்கிறது. ஊசி, மாத்திரை, களிம்பு எதுவும் பலன் அளிக்கவில்லை. உங்கள் பதிலை ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறேன்.

- ஆர்.தேவராஜ், மன்னார்குடி

ரத்தத்தில் அசுத்தமான மேக நீர் கலப்பதினால்தான் சரும நோய்கள் வருகிறது. எந்தவிதமான சரும நோய் இருந்த போதிலும் கீழ்க்கண்ட எண்ணெயைத் தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு காலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு தேக்கரண்டியளவு இரண்டு அவுன்ஸ் பசும் பால் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு 2, 3 மாதங்கள் சாப்பிடவும். வருடக் கணக்கில் இருந்தால் வருடத்துக்கு ஒருமாதம் வீதம் எண்ணெயைச் சாப்பிட வேண்டும்.

பத்தியம், உடலுறவு, நல்லெண்ணெய், கடுகு, புலால் கூடாது. கடுமையான நோயாயிருப்பின் புளியையும் தள்ளிவிட வேண்டும்.

வெள்ளருகு சாறு, வெள்ளை வெங்காய சாறு, வல்லாரை சாறு, சீமை அகத்திச் சாறு, தேங்காய்ப் பால், விளக்கெண்ணெய், இதை ஒவ்வொன்றிலும் ஒரு லிட்டர் எடுத்து எல்லாவற்றையும் கலந்து மண் பாத்திரத்திலிட்டு அடுப்பிலேற்றிச் சிறு தீயாக எரிக்க வேண்டும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் அதாவது சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கிவிடவும். மேற்கண்ட சாறுகளில் ஏதாவது கிடைக்காவிடில் அதை விட்டு மற்ற சாறுகளைக் கொண்டு காய்ச்சிக் கொள்ளவும்.

ஐயா! எனக்கு திருமணம் ஆகிவிட்டது. நான் 3 வருடங்களுக்கு முன்பு தவறான நடத்தையுள்ள ஒரு பெண்ணுடன் உறவு கொண்டதால் பால்வினை நோய் ஏற்பட்டது. பிறகு குணமாகி விட்டது. ஆனால் என் உடலில் சிறிய சிவப்புப் புள்ளிகள் [ஆண் உறுப்பு உள்பக்கமும்] ஏற்பட்டு உள்ளது. இதை குணமாக்க வழி சொல்லுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ...., வடசேரி

வாசகர் தேவராஜ் கேள்விக்கு கூறப்பட்டுள்ள எண்ணெயை தயாரித்து சாப்பிட தங்கள் நோய் குணமாகும். தேங்காயை அரைத்து உள்ளே காணப்படும் புண் மீது பூசவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 37. ஆண் குறியில் உள்ள துவாரத்தில் சதை வளர்ந்து விட்டதால் கம்பி போட்டு துவாரத்தை பெரியதாக்கும் ஆபரேசன் செய்தார்கள். 2 தடவைகள் இப்படி செய்ய நேரிட்டது. சமீபத்தில் 3வது தடவையாக செய்யப்பட்டது. ஆனால் மீண்டும் சதை வளர்ந்து நீர் பிரிய முடியாத சிரமம் ஏற்படுகிறது. தவிர மேகம் போல் தோன்றுவதால் ஊசி போட்டு மாத்திரை சாப்பிட்டு வருகிறேன். எனக்கு குணமாக வழி உண்டா?

- கே.என். ராஜு, முனைஞ்சிப்பட்டி

ஆர்.தேவராஜ், மன்னார்குடி வாசகருக்கு கூறியுள்ளபடி எண்ணெய் யைத் தயாரித்த சாப்பிடுவதுடன் கீழ்க்கண்ட மருந்தையும் சாப்பிடவும்.

100 கிராம் வெங்காரத்தை ஒரு புது சட்டியில் போட்டு அடுப்பில் ஏற்றி எரிக்கவும்.வெங்காரம் பொறித்து முட்டை போலாகி பிறகு ஈரப் பசையின்றி மாறிய பிறகு இறக்கவும். ஆறிய பிறகு பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் ஒரு கிராம் மற்றும் நாட்டு மருந்துக் கடையில் கிடைக்கும் கற்கண்டு 10 கிராம் வாங்கி, அதை தண்ணீரில் குழைத்து குன்றியளவு இரண்டையும் கூட்டி காலை, மாலை சுண்ணாம்பு தெளிவு நீர் ஒரு அவுன் சில் கலக்கிச் சாப்பிடுங்கள். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு 4 வருடமாக வலது பக்கம் விரை பெரிதாக உள்ளது. சில நேரங்களில் வலி எடுக்கிறது. அப்போது கோழி முட்டை வெள்ளைக் கருவும் மஞ்சள் தூளும் கலந்து தடவினால் குணமாகியது. இப்போது அதுவும் பலன் இல்லை. எனக்கு திருமணம் ஆகவில்லை. இதற்கு தயவு செய்து மருந்து கூறுங்கள்.

-.... திருச்சி

மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கெச்சக்காயை வாங்கி உடைத்து அதன் பருப்பு 50 கிராம் அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கு இடித்து தூள் 50 கிராம் அளவு எடுத்து இரண்டையும் கோழி முட்டையின் வெள்ளைக் கரு சேர்த்து வெண்ணை போல் அரைத்து கோலி அளவு மாத்திரைகளாக செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும்.

இதை பிரதி தினமும் தண்ணீரில் கரைத்து வீக்கம் உள்ள விரையில் தடவி உலர்ந்த பின் முடிந்தால் நெருப்பு அனலில் காட்டி வந்தால் வீக்கம் குறையும்.

ஐயா! எனக்கு 29 வயது ஆகிறது. என்னுடைய விரைகள் இரண்டும் வீங்கி [விரை வீக்கம்] பெரிதாக இருக்கிறது. அடிக்கடி வலி வந்து விடுகிறது. டாக்டர்கள் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்கிறார்கள். எனக்கு பயமாக உள்ளது. எனக்கு

திருமண ஏற்பாடு செய்கிறார்கள். ஆகவே இந்த குறையைப் போக்க மருந்து சொல்லும்படி வேண்டுகிறேன்.

- ஜி. ஜெயக்குமார், சுப்பிரமணியபுரம், திருச்சி

நீர் முள்ளி விதை என்பது கடுகை விட சிறியதாக இருக்கும். நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கேட்டு வாங்கி 2 அல்லது 3 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து ஒரு கோப்பையில் போட்டு தண்ணீர்விட்டு பிசைந்தால் கொளகொள என்று வரும். அதை எடுத்து வீக்கம் உள்ள இடத்தில் வைத்து இரவில் கட்டிக் கொள்ளவும். கொஞ்ச நாள் இப்படி செய்து வந்தால் வீக்கம் குறைந்து விடும்.

நீர்முள்ளி விதை கிடைக்காவிட்டால் மேலே சொன்ன மருந்தைப் பயன்படுத்தவும்.

ஐயா! எனக்கு 25 வயது ஆகிறது. பல ஆண்டுகளாக விரை வீக்கத்தினால் அவதிப்படுகிறேன். இதற்கு ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்று கூறுகிறார்கள். ஆபரேசன் இல்லாமல் இதை தீர்க்க தாங்கள் தான் வழி கூற வேண்டும்.

- கேசவன், சென்னை - 21.

கெச்சக்காய் என்ற கொட்டைகள் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கி தட்டி உள்ளே இருக்கும் பருப்பில் 50 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

கரியபோளம் என்னும் மூசாம்பரம் 50 கிராம், சுக்கு 20 கிராம் ஆகியவைகளையும் வாங்கவும். எல்லாவற்றையும் சேர்த்து இடித்து பொடி செய்து பிறகு அம்மியில் தண்ணீர் விட்டு வெண்ணெய் போல் அரைக்கவும். அதை கண்டைக்காய் அளவில் மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு மாத்திரையை இரண்டாக உடைத்து காலையில் பாதியும், மாலையில் பாதியும் சாப்பிடவும்.

இதைத் தவிர ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரைகளை தண்ணீரில் உரைத்து மேல் பூச்சாக விரையில் தடவி காயும் வரை துணி படாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும். இரவில் இப்படி பூசவும். இதுபோல் 48 நாட்கள் செய்தால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வலதுபக்க விரை 2 வருடமாக வீங்கி இருக்கிறது. கை, கால் அசதியாக உள்ளது. திருமணமாகி 2 குழந்தைகள் உள்ளன. திருமணத்துக்கு முன்பே இது போல் இருந்தது. ஆகவே தாங்கள் எனக்கு தகுந்த ஆலோசனை தரவும்.

....

கழற்சிக்காய் பருப்பு ஒன்று, ஊமத்தை இலை இரண்டு இலைகளை சுண்ணாம்பு தெளிவு நீர் விட்டு அரைத்து, பகல் நேரத்தில் வீங்கி இருக்கும் விரையில் பூசவும்.

இரவில் படுக்கும்போது மல்லிகைப்பூ வாங்கி அதில் வைத்து கோவணம் கட்டிக் கொள்ளவும். இப்படி செய்து வந்தால் வீக்கம் குறையும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. பள்ளியில் கால்பந்தாட்ட குழுவில் இடம் பெற்றவன். 11வது படித்தபோது மாவட்ட அளவில் நடந்த போட்டியில் நான் விளையாடினேன். அப்போது பந்து எனது விரை ஒன்றில் பட்டு அது வீங்கி விட்டது. 5 மாதங்கள் ஆகி விட்டன. வலி இல்லை. ஆனால் வீக்கம் உள்ளது. இதைக் குறைக்க உங்கள் சித்த வைத்திய முறையை தெரிவியுங்கள்.

- எஸ்.டி.மணி, காஞ்சிபுரம்

ஆக்கி, கிரிக்கெட், கால்பந்து போன்ற விளையாட்டுகளில் ஈடுபடும் போது மிகவும் ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும். பந்து விரைகளில் பட்டு வீக்கம் உண்டாகி, அது குறையாமல் போய்விடக் கூடும். டாக்டரிடம் சென்றால் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்பார்.

இத்தகைய விளையாட்டு வீரர்கள் பொதுவாக கடைகளில் இப்போது விற்கப்படும் பாதுகாப்பு கவசம் வாங்கி அணிந்த கொள்ள வேண்டும்.

விரைவீக்கம் உண்டானால் கெச்சக்காய் வாங்கி உடைந்து உள்ளே இருக்கும் பருப்பை நன்றாக இடிக்கவும். அதன் அளவுக்கு சுக்கு தூள் சேர்த்து ஊமத்தன் சாறு விட்டு அரைத்து இலை கோலி அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

இரவு படுக்கும்போது அல்லது ஓய்வாக இருக்கும் போது இந்த மாத்திரைகளில் ஒன்றை தண்ணீரில் விட்டு உரசி விரையில் தடவி, லேசாக அனல் காட்டவும். இப்படி அடிக்கடி செய்தால் வீக்கம் குறையும்.

ஐயா! தாங்கள் கடந்த சில மாதங்களுக்கு முன்பு விரை வீக்கத்திற்கு மருத்துவ முறையை தெரிவித்து இருந்தீர்கள். அதை சாப்பிடுவதற்கு ஏதாவது பத்தியம் உண்டா என்பதை தெரிவிக்கவும்.

- டி. செல்லத்துரை, திருவனந்தபுரம்.

விரை வீக்கத்திற்கு கெச்சக்காய் பருப்பு ஒரு எடை, சுக்கு கால் எடை எடுத்து தண்ணீர் விட்டு இரண்டையும் அரைத்து லேசாக சுட வைத்து மெழுகு போல் அரைத்து விரைகளில் பூசி வந்தால் வீக்கம் குறையும். பத்தியம்: புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு 37 வயதாகிறது. எனக்கு 5 நாட்களாக இடது புற விரை வீங்கி உள்ளது. லேசான வலியும் உள்ளது. கோழிமுட்டை வெள்ளைக்கரு கழற்ச்சிக்காய் பருப்பு எடுத்து பொடி செய்து அவித்து காலையில் சாப்பிட்டு வந்தேன். இப்போது வலி இல்லை. விரை வீக்கம் இன்னும் சரியாகவில்லை. இதைத் தொடர்ந்து சாப்பிட வேண்டாம் என்று வீட்டில் உள்ளவர்கள் கவலைப்படுகிறார்கள். இதுகுறித்து தங்கள் ஆலோசனை என்ன?

- கே.சுப்துல்கனி, மணப்பாறை

விரைவீக்கத்திற்கு தாங்கள் செய்யும் மருந்து நல்லதுதான். கழற்ச்சிக்காய் பருப்பு சாப்பிடுவதால் பாதகமில்லை.கவலைப்பட வேண்டாம். கழற்ச்சிக்காய் பருப்பும், சுக்கும் சம எடை எடுத்து தண்ணீர் விட்டு அரைத்து உருண்டைகளாக்கி உலர்த்திக் கொள்ளவும். இதில் ஒன்றை அவ்வப்போது தண்ணீரில் உரைத்து வீக்கத்தில் தடவ வேண்டும்.

கழற்ச்சிப் பருப்பு 2, சுக்கு 2 கிராம் எடுத்து கோழிமுட்டை வெண்கரு விட்டு அரைத்து சிறிய அடையாக தட்டி 8 அவுன்ஸ் விளக்கெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும். இரவு படுக்கப் போகும் போது அந்த எண்ணெயில் ஒரு அவுன்ஸ் சாப்பிட்டு விட்டு அடையில் பாதியை மென்று தின்னவும். 2 நாட்கள் இப்படி சாப்பிட்டால் வீக்கம் குறையும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. எனது ஒரு விரை சிறிது பெரியதாகவும், ஒன்று சிறியதாகவும் உள்ளது. இது என் வாழ்விற்கு தடையாக உள்ளது. இதை டாக்டரிடம் காட்டினேன். இப்போதுதான் உருவாகிறது. எனவே அதிகம் வளர்வதற்குள் அறுவை சிகிச்சை [ஆபரேசன்] செய்து கொள்ள வேண்டும் என்கிறார். எனவே உங்கள் வைத்திய முறையில் ஆபரேசன் இல்லாமல் சரி செய்வது எப்படி என்பதை தெரிவிக்கும்படி மிகத் தாழ்மையுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன். வலியும் இல்லை. வீக்கமும் இல்லை. இதற்கு தாங்கள் ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- கே.சித்தார்த்தன், மகாராஜபுரம்.

உங்கள் வயது 18 தானே! ஒரு விரை வீக்கம் பயப்படக் கூடிய அளவுக்குப் பெரிதல்ல. இதற்கு ஆபரேசன் வேண்டாம்.

ஊமத்தன் இலையை இடித்து சாறு பிழிந்து கொண்டு ஒரு அவுன்ஸ் அளவுக்கு ஒரு குண்டு மணி அளவு சுண்ணாம்பு கலக்கி விரைமேல் தடவி இரவு படுத்துக் கொள்ளவும்.

இப்படி பிரதி தினமும் தடவிக் கொள்ளவும். கோவணம் கட்டி பழகுங்கள். ஒவ்வொரு ஆண் மகனும் கோவணம் கட்டி பழகி வந்தால் விரை வீக்கங்கள் வராது என்பதைக் கவனிக்கவும்.

ஐயா! என் வயது 22. சைக்கிளில் செல்லும்போது விதையில் அடிபட்டு விட்டது. சிறிது வீங்கியும் இருந்தது. நீங்கள் முன்பு வேறு ஒருவருக்கு பதில் கூறியபடி செய்து பார்த்தாகி விட்டது. இப்பொழுது விதையில் இருந்து மேலே செல்லும் நரம்பில் விதையை ஒட்டி சிறிது வீக்கம் போல் இருக்கிறது. இதனால் அடிக்கடி அடி வயிறு வலிக்கிறது. இதற்கு தயவு கூர்ந்து தக்க மருந்து கூறவும்.

-வி. முருகன், நாகர்கோவில்

கெச்சக்காய் தழை எடுத்து விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி வீக்கமுள்ள இடத்தில் வைத்து பிரதி தினமும் கட்டினால் வீக்கம் குறைந்துவிடும்.

கழற்சி பருப்பு 4, சுக்குப் பொடி 10 கிராம், லவங்கப் பொடி 15 கிராம். இவற்றை தண்ணீர் சேர்த்து அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவில் மாத்திரைகளாகச் செய்து உலர்த்திக் கொள்ளவும். இதில் தினசரி இரவில் ஒரு மாத்திரை சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா, எனக்கு வயது 17. எனக்கு மார்பகத்தில் பெண்களுக்கு உள்ளது போல பால் மடி காம்பு நீண்டு பெரிதாக உள்ளது. அதன் மீது கை வைத்து அமுக்கினால் சுருங்கி விடுகிறது. சிறிது நேரம் கழித்து உப்பி விடுகிறது.

- டி.ஆனந்தன், சென்னை

கெச்சக்காய், சுக்கு, மூசாம்பரம் என்னும் கரியபோளம், இவைகளெல்லாம் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் ஒவ்வொன்றும் 10 கிராம் அளவு வாங்கவும்.

கெச்சக்காயை உடைத்து மேல் தோல் எறிந்து விடவும். பருப்பைச் சுக்குத் தூள், மூசாம்பரம் எல்லாம் சேர்த்து, தண்ணீர் விட்டரைத்து மை போலானதும் எடுத்து சுண்டைக் காயளவு மாத்திரை செய்து கொள்ளவும்.

நிழலிலேயே உலர்த்தவும். பிரதி தினம் ஒரு மாத்திரை எடுத்து தண்ணீரில் உரைத்து வீக்கமாக வரும் மார்பகங்களில் தடவி அப்படியே மறு நாள் வரை இருக்கச் செய்யவும்.

இந்த மாத்திரையையே ஒன்று காலையில் வெறும் வயிற்றில் உடைத்து தண்ணீரில் சாப்பிடவும். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 22 ஆகிறது. என் இடது மார்பில் உள்ள முளை பெண்களுக்கு இருப்பது போல் வீங்கி இருக்கிறது. இதனால் எனக்கு கஷ்டமாக இருக்கிறது. நண்பர்கள் கேலி செய்கிறார்கள். இதைப் போக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

- அசோக், சென்னை-18

அதிகமாக கேட்கப்படும் கேள்விகளில் இதுவும் ஒன்று. ஆண்களுக்கு குறிப்பிட்ட சில வயதில் இதுபோல் சிலருக்கு வருவதுண்டு. இது பயப்படத் தக்க விஷயமோ, வெட்கப்பட வேண்டிய விஷயமோ அல்ல.

கட்டிய மல்லிகைப்பூவை வாங்கி இரவு படுக்கும் போது வீங்கி இருக்கும் மார்பில் வைத்து துணியால் கட்டி கொண்டு படுக்கவும். மறுநாள் காலை எடுத்து விடவும். இப்படி 48 நாட்கள் செய்து வந்தால் வீக்கம் குறையும்.

ஐயா! எனக்கு திருமணமாகி 3 வருடங்கள் ஆகிறது. நான் சிறு நீர் கழிக்கும் போது சிறுநீருடன் இந்திரியமும் [விந்து] கலந்து வருகிறது. இதனால் உடல் பலகீனம் அடைந்துவிட்டது. எவ்வளவோ மருந்துகள் சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை. என் நோய் குணமாக மருந்து தெரிவிக்குமாறு வேண்டுகிறேன்.

- பி.கே... கோவை

தங்கள் உடல் மிக உஷ்ண நிலையில் இருப்பதால் இந்த நோய் தாக்கி உள்ளது. இந்திரியம் என்ற விந்து போனால் உடல் கெட்டு விடும்.

'விந்து பொத்தே பொந்த போயிந்தி' என்று தெலுங்கில் ஒரு பழமொழி உண்டு. பொந்தி என்றால் உடல், விந்துபோனால் உடல் போச்சு.

ஆகவே விந்து செயற்கை முறையில் வெளியேற்றப்பட்டாலோ அல்லது தானாகவோ வெளியேறினாலோ உடல் கெட்டு விடும். நீங்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்தை செய்து சாப்பிடுங்கள்.

ஆனை நெரிஞ்சி என்ற செடிகள் ரோடு ஓரங்களில் கிடக்கும். அதை வேருடன் பிடுங்கி, நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதன் அளவுக்கு சீரகம் எடுத்து வறுத்து அரைத்துக் கொள்ளவும்.

அதை சூரணத்தில் 10ல் ஒரு பங்கு சேர்த்து கலந்து வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வாயில் போட்டு பசும்பால் அல்லது தண்ணீர் சாப்பிடவும்.

பச்சை மிளகாய், கோழிக்கறி, மீன், கருவாடு போன்றவைகளை தவிர்க்க வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 18 ஆகிறது. நான் இரவில் உறங்கும் போது என்னையும் அறியாமல் படுக்கையில் சிறுநீர் கழித்து விடுகிறேன். இதற்கு நான் இதுவரை எந்தவிதமான வைத்தியமும் செய்யவில்லை. எனவே இந்தக் குறையை நீக்குவதற்கு வைத்திய ஆலோசனை கூறுமாறு மிகவும் தாழ்மையுடனும் பணிவுடனும் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ..... அவல்பூந்துரை

தங்களுக்கு இருப்பது ஒரு நோயல்ல. ஆழ்ந்த தூக்கத்தைக் குறிக்கிறது. நீங்கள் கும்பகர்ணன் தம்பியாக முன் ஜென்மத்தில் இருந்திருக்கலாம்.

இரவில் படுக்கைக்கு போகும் முன் சிறுநீர் கழித்து விடுங்கள். மலச் சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

சிறு கட்டுக் கொடி என்ற ஒரு மூலிகையுள்ளது. இது நீரைக் கட்டும். விந்துவையும் கட்டும். துன்மார்க்க பழக்கங்களினால் விந்து கட்டு நீராய் போகிறவர்களுக்கு இது மிகவும் பயனைத் தரும்.

இந்த மூலிகையை பச்சிலை கடைகளில் சொல்லித் தருவித்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்து கொள்ளவும்.

அதில் தேக்கரண்டியளவு காலை மாலை தண்ணீரில் சாப்பிடவும். பத்தியம் கிடையாது. இரவில் போகும் சிறுநீர் சுருங்கும். உடலுக்கும் பலத்தைக் கொடுக்கும்.

ஐயா! எனக்கு 2 வருடங்களாக சிறுநீர் கழிக்கும்போது எரிச்சல் இருந்தது. டாக்டர் அதை பெண் நோய் என்று சொல்லி 20 ஊசிக்கு மேல் போட்டு மருந்து கொடுத்தார். குணமாகவில்லை. எரிச்சல் அதிகமானதால் வேறு டாக்டரிடம் சென்றேன். அவரும் அதே நோயை கூறி 10 ஊசியும், மாத்திரைகளும் கொடுத்தார். அப்படியும் குணமாகவில்லை. நான் உண்மையாகவே தவறான பெண்ணிடம் உறவு கொள்ளவில்லை. எனக்கு வயது 40. மனைவியும் 2 குழந்தைகளும் உண்டு. என் மனைவியை சோதனை செய்ததில் அவளுக்கு அந்த நோய் இல்லை. ஆகவே இந்த வியாதியை நீர்க்க தாங்கள் வழி சொல்ல வேண்டும்.

- நஞ்சப்பன், செண்பகபுதூர்

தாங்கள் தகாத பெண்களிடம் உறவு கொள்ளவில்லை என்கிறீர்கள். அதை நான் நம்புகிறேன்.

கீழ்க்கண்ட மருந்து தயாரித்துச் சாப்பிட்டால் 40 நாட்களில் குணமாகி விடும். இதற்கு முன்பும் இவ்வித சிறுநீர் எரிச்சலுக்கு இதைக் கூறி இருக்கிறேன்.

சந்தனக்கல், சந்தனக் கட்டை ஆகியவைகளை வாங்கிக் கொண்டு, கட்டையை சந்தனக் கல்லில் உரசி ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சந்தனம் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

அதில் 3 துளிகள் சந்தன அத்தர் (மைசூர் சாண்டல் உட் ஆயில்) விட்டு காலை மாலை சாப்பிடவும்.

இதுதவிர முடிந்தால் இன்னொரு மருந்தும் சாப்பிடவும். யானை நெருஞ்சி செடி, வெள்ளைப் பூ பூத்து ரோட்டு ஓரங்களில் கிடக்கும். அதில் 8 செடிகளை கொண்டு வந்து ஒரு லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு ஒரு மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். பிறகு அந்த செடியை கீழும் மேலும் குலுக்கினால் கொழ கொழ என்று வரும். அந்த தண்ணீரில் கொஞ்சம் சர்க்கரை சேர்த்து காலை, மாலை 200 மில்லி லிட்டர் அளவு சாப்பிடவும்.

> ***ஐயா! என் வயது 27. இன்னும் திருமணம் ஆகவில்லை. நான் எந்தவித கெட்ட நடத்தையிலும் ஈடுபட்டதில்லை. எனக்கு இரவில் தூக்கத்தில் விந்து தினசரி வெளியாகிறது. இதனால் கண் எரிச்சலும், உள்ளங்கால் எரிச்சலும், இடுப்பு வலியும் சோர்வும் ஏற்படுகின்றன. நீர் துவாரத்தில் கடுப்பும் உள்ளது. இதற்கு தகுந்த மருந்து கூறுமாறு வேண்டுகிறேன்.***

சோற்றுக் கற்றாழை மடலில் உள்ளிருக்கும் சோறு 200 கிராம் அளவு எடுத்து ஒரு பாத்திரத்தில் போடவும். அதனுடன் ஒன்றும் பாதியுமாக இடித்த கடுக்காய் தோல் 50 கிராம் அளவு சேர்த்து 2 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். அதன்பின் அதை கையால் பிசைந்தால் தண்ணீர் வரும். அதில் அரை லிட்டர் விளக்கெண்ணெய் விட்டு அடுப்பேற்றி சிறு தீயில் காய்ச்சவும். நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் சிடுசிடுப்பு அடங்கியதும் இறக்கி புட்டியில் அடைக்கவும். இதில் ஒருதேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீர் விட்டு இரவு படுக்கும் போது சாப்பிடவும். பேதி அதிகமானால் அரை தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிட்டு வரவும்.

மேலும் மேற்கூறிய சந்தன அத்தர் மருந்தும் சாப்பிட்டால் தங்கள் நோய்கள் குணமாகும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 38. கொஞ்ச நாட்களாக எனக்கு உடல் வலி, கை கால் அசதி ஏற்படுகிறது. இரவில் தூக்கத்திலும், சிறுநீர், மலம் கழிக்கும் போதும் விந்து வெளிப்படுகிறது. நான் பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணம் தெரியவில்லை. குளிர்ந்த ஆகாரங்கள், பச்சைத் தண்ணீர் சாப்பிட்டால் உடலுக்கு ஒத்துக் கொள்ளவில்லை. இதனால் ஜலதோஷம், சளிபிடிக்கிறது. ஆகவே தாங்கள் இதற்கு நல்ல மருந்து சொல்லுங்கள்.***
>
> **- ஏ.எம். அனீபா, தூத்துக்குடி**

சிறுநீர், மலம் கழிக்கும்போது வெள்ளை படுவது நந்தி மேகம் என்று சித்த வைத்தியத்தில் சொல்வார்கள். இது கெட்ட பெண்கள் உறவினால் ஏற்படுவதாகும். வெட்டை வியாதி என்றும் சொல்வார்கள். 'வெட்டை வியாதி கட்டையுடன்' என்பார்கள். கட்டையுடன் என்றால் சுடுகாட்டுக்குப் போகும் வரை என்ற அர்த்தத்தில் சொல்வார்கள்.

அது அப்படி அல்ல. கட்டை என்பது சந்தன கட்டையை குறிக்கும். சந்தனக் கட்டையால் இந்த நோயைப் போக்கலாம். முற்றிய சந்தனக் கட்டையை சந்தனக் கல்லில் நீர் விட்டு அரைத்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். சுத்தமான சந்தன அத்தர் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 4 துளிகள் சந்தனத்தில் கலந்து காலை, மாலை 3 மாதங்கள் சாப்பிட வேண்டும். புலால் வகைகளை சேர்க்கக் கூடாது. பச்சை மிளகாய் உபயோகிக்க வேண்டாம்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 27. திருமணம் ஆகிவிட்டது. என் மனைவியிடம் உடல் உறவு கொள்ளும் முன்பே இந்திரியம் வெளியாகி விடுகிறது. இதற்கு நீங்கள் கூறியபடி தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, பூமி சர்க்கரை கிழங்கு, அமுக்கிரா கிழங்கு ஆகியவற்றை சாப்பிட்டேன். சிறிது பலன் கிடைத்தது. ஆனால் இரவில் தூங்கும்போது இந்திரியம் தினசரி வெளியாகி விடுகிறது. இதற்கு வேறு மருந்து உண்டா?***
>
> **- மணிவண்ணன், அருப்புக்கோட்டை**

நீங்கள் இப்போது சாப்பிடும் மருந்தையே தொடர்ந்து 6 மாதமாவது சாப்பிட்டால் உங்கள் விருப்பப்படி உடல் தேறும்.

> ***ஐயா! நான் உடல் உறவு கொள்ளும்போது என் ஆண் குறி விரைப்பாக இருக்கிறது. ஆனால் விந்து வருவதில்லை. விந்து வராததால் ஆண் குறி தளர்ந்து முழுமையாக இன்பம் இல்லாமல் போய்விடுகிறது. நானும் என் மனைவியும் வேதனையும் ஏமாற்றமும் அடைகிறோம். இக்குறையை நீக்க தாங்கள் மருந்து தெரிவியுங்கள்.***
>
> **- முகமது இஸ்மாயில், திண்டுக்கல்**

உங்கள் பிரச்சனைக்கு எலுமிச்சம் பழத்தில் உள்ள விதைகளே பரிகாரமாகும். எலுமிச்சம் பழத்திலிருந்து எடுத்த 3 விதைகளை வெற்றிலையில் வைத்து மென்று சாப்பிட்டால் விந்து வெளிவரும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 27. திருமணமாகி 2 ஆண்டுகள் ஆகிறது. உடல் உறவின் போது என் மனைவியை திருப்திப்படுத்த முடியவில்லை. சோர்வு அடைந்து விடுகிறேன். இதனால்***

அவன் படும் அவலத்தைக் காண எனக்கு வேதனையாகவும், என் நிலையை நினைத்து வெட்கமாகவும் இருக்கிறது. கணவனால் திருப்தி படுத்தப்பட முடியாத பெண்கள் தான் பிற ஆடவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ள துணிந்து விடுகிறார்கள். என் குடும்பத்திலும் அப்படி ஒரு நிலைமை ஏற்பட்டு விடுமோ என்று அஞ்சி நடுங்குகிறேன். என் இல்லற வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சி நிலவ வழி சொல்லுங்கள்.

-........ செங்கல்பட்டு

பலர் இந்தக் கேள்வியை மீண்டும் மீண்டும் கேட்டு இருக்கிறார்கள்.

பாதாம், கஜ்ஜுர்க்காய், பேரீச்சம்பழம் ஆகியவற்றையும் உடலைத் தேற்றக்கூடிய லேகியங்களையும் நீங்கள் சாப்பிட வேண்டும்.

அசுவகந்தி என்னும் ஒரு வகைக் கிழங்கு நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம், ரத்ன புஷ் என்னும் ஓரிலைத் தாமரை 100 கிராம் ஆகியவற்றை வாங்கிக் கொள்ளவும்.

அசுவகந்தியை பசும்பாலில் வேகவைத்து பின்னர் அதை உலர்த்தி கொள்ளவும். பின்னர் இரண்டையும் போட்டு நன்றாக இடித்து சலித்து இந்த தூளுக்கு சம எடை சர்க்கரை சேர்த்துக் கொள்ளவும். தினமும் காலை, மாலை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் இதை சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் தேறும்!

ஐயா! என் வயது 23.நான் சில மாதங்களுக்கு முன் ஒரு பெண்ணிடம் உறவு கொண்டேன். அதில் இருந்து என் ஆண் குறி சிறிதாக ஆகிக் கொண்டே இருக்கிறது. சிறுநீர் கழிக்கும்போது எரிச்சல் உண்டாகிறது. இதற்கு தாங்கள் நல்ல மருந்து தெரிவிக்க வேண்டும்.

- பி.பாண்டி, மதுரை-20

தங்களுக்கு பெண்ணினால் உண்டான நோய் காரணமாகத் தான் உடல் வெப்பம் அடைந்து இருக்கிறது.

எழுத்தாணி பூண்டு மூலிகையின் இலைகளை வாங்கி கொஞ்சம் சீரகம் சேர்த்து அரைத்து 3 தேக்கரண்டி அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் மோரில் கலந்து 25 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

அந்த இலைகள் கிடைக்காவிட்டால், சந்தனத்தை அரைத்து (சந்தன கட்டையை கல்லில் தேய்த்து) ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து அதில் 2 சொட்டு சந்தன அத்தர் (கர்நாடக அரசு சாண்டல் வுட் ஆயில்) கலந்து காலை வெறும் வயிற்றில் தண்ணீரில் சாப்பிடவும். கடையில் விற்கும் சந்தனத்தைச் சாப்பிடாதீர்கள்.

ஐயா! எனக்கு ஒரு வருடமாக இரவில் தூங்கியவுடன் கெட்ட கனவுகள் வருகின்றன. உடனே விந்து வெளியாகி விடுகிறது. ஒரே சோர்வாக உள்ளது. உட்கார்ந்து எழுந்தால் கண் இருட்டாகி மயக்கம் வருகிறது. இதைப் போக்க நல்ல மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கே.அசோகன், நாகை

தங்கள் வயதை குறிப்பிடவில்லை. தாங்கள் முதலில் சினிமா பார்ப்பதையும், காதல் கதைகளைப் படிப்பதையும் நிறுத்த வேண்டும். 'விந்து போத்தே பொந்த போயிந்தி' என்று ஒரு தெலுங்கு பழமொழி உண்டு. அதாவது விந்து வீணாக போனால் உடல் அழிந்து விடும் என்பது பொருள். இரவு படுக்கும்போது தங்களுடைய இஷ்ட தேவதையின் பெயரை 108 முறை சொல்லிவிட்டு படுக்கையில் படுக்கவும். பிரதி தினமும் காலையில் கீழ்க்கண்ட பானத்தை சாப்பிடவும்.

ஒரு டம்ளர் பால் எடுத்துக் கொள்ளவும். கசகசா இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு, தண்ணீரில் ஊற வைத்து மேல் தோல் நீக்கிய பாதாம் கொட்டை எண்ணி ஏழு இந்த இரண்டையும் கொஞ்சம் பால்விட்டு நைய அரைத்து பாலில் கலக்கி சுட வைத்து சர்க்கரை சேர்த்து சாப்பிடவும். இப்பானத்தை எப்போதும் சாப்பிடலாம்.

வீணாக டானிக் முதலிய மருந்துகளுக்கு செலவழிக்கும் பணத்தை இந்த பானத்திற்கு செலவழித்தால் உடல் தேறும். விந்து பெருகும். விர்துவும் கட்டும். கிடைத்தால் பாதாம் பிசின், அல்லது முருங்கை பிசின் நெய்விட்டு வறுத்து இரண்டு சிட்டிகை அளவு பாலுடன் கலந்து சாப்பிட மிகவும் பயன்தரும்.

ஐயா! என் தந்தைக்கு வயது 50. கடந்த 3 வருட காலமாக அவருக்கு ஓதம் [ஹைட்ராசெல்] உள்ளது. இதுவரையில் அதற்கு சிகிச்சை ஏதும் செய்யவில்லை. இதற்காக ஆபரேசன் செய்யச் சொல்கிறார்கள். ஆனால் என் தந்தை ஆபரேசன் செய்து கொள்ள பயப்படுகிறார். எனவே தாங்கள் மேலான சித்த வைத்தியத்தின்படி சிகிச்சை செய்து கொள்ள, தயவு செய்து அறிவுரை தருமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

-எம்.எஸ்.ராமையன், மேலட்டூர்

மூன்று வருடங்களாக அண்டவாதம் இருக்கிறதென்றால், அது பெரிய அளவில்தான் இருக்கக் கூடும். வயது 50 ஆகிவிட்டது. ஆபரேசன் செய்து கொள்வதுதான் நல்லது. அதில் பயம் வேண்டியதில்லை. இக்காலத்தில் சுலபமாக ஆபரேசன் செய்கிறார்கள். இன்னும் நாட்கள் கடத்தினால் அளவு

பெரிதாகி நடப்பது குனிவது முதலியன செய்வது கஷ்டமாகி விடும். ஆபரேசன் செய்து கொள்வதற்குள், கட்டிய மல்லிப்பூவை உருண்டையாக கட்டி வீக்கம் உள்ள விதைகளில் கட்டி இரவில் படுத்துக் கொள்ளவும். இப்படி செய்தால் ஓரளவு குணம் கிடைக்கும்.

> ***ஐயா! எனக்கு திருமணமாகி 9 வருடங்கள் ஆகிறது. 2 குழந்தைகள் இருக்கின்றன. தற்பொழுது உடல் உறவு கொள்ளும்போது விந்து சரியாக வெளிவருவது இல்லை. ஆண்மை குறைவோ என்று பயமாக இருக்கிறது. தாங்கள் வழி காட்டவேண்டும்.***
>
> **-ஏ. துரை, நடுக்காட்டுப்பட்டி**

விந்து உற்பத்தி அதிகமாகாததால் தங்களுக்கு இந்தக் குறைபாடு உள்ளது. பேரீச்சங்காய் 6 (கொட்டை எடுத்து விட்டு) ஒரு தம்ளர் பசும் பாலில் போட்டு நன்றாக காய்ச்சவும்.வெந்தபின் எடுத்து இரவில் படுக்கப் போகும்போது நன்றாக மென்று சாப்பிட்டுவிட்டு பாலையும் சாப்பிடவும்.

காலையில் 5 கிராம் சாரப் பருப்பு மென்று பசும்பால் சாப்பிட்டு வந்தால் விந்து உற்பத்தி அதிகமாகும்.

> ***ஐயா! என் வயது 17. நான் மேல்நிலைப் பள்ளியில் படிக்கிறேன். எனக்கு உடல்நிலை மோசமாகிக் கொண்டு வருகிறது. காரணம் வாரத்திற்கு 2 தடவை தானாகவே விந்து வெளியாகி விடுகிறது. இதை குறைப்பதற்கு நீங்கள் உதவ வேண்டும் என்று கேட்டுக் கொள்கிறேன்.***
>
> ....

தங்களுக்கு வயது 17 என்று குறிப்பிட்டு உள்ளீர்கள். ஆனால் வியாதியோ கடுமையாக உள்ளது. முதல் கேள்வி பதிலில் கூறி இருப்பதுபோல் உணவுப் பழக்கத்தை மாற்றிக் கொள்ளவும்.

கசகசா 15 கிராம், கற்கண்டு 10 கிராம், சாரைப் பருப்பு 10 கிராம் இந்த மூன்றையும் பசும்பால் விட்டு நன்றாக அரைக்கவும். பிறகு ஒரு தம்ளர் பசும் பாலில் கலந்து காய்ச்சி, காலை தோறும் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் உஷ்ணம் குறைந்து விந்து நஷ்டம் ஆவதை தடுக்கும். உடலும் தேறும். இது நல்ல டானிக்!

> ***ஐயா! என் வயது 26. நான் வியாபார விஷயமாக அடிக்கடி வெளியூர் செல்பவன். அப்போது பல பெண்களிடம் உடலுறவு வைத்துக் கொள்வேன். பிறகு மாதம் ஒருமுறை ரத்தத்தையும் சிறுநீரையும் சோதித்துக் கொள்வேன். கடைசியாக நான் வெளியூர் சென்றபோது ஒரு பெண்ணுடன் உடல் உறவு கொண்டேன். அவளுக்கு 20 வயது இருக்கும். நல்ல ஆரோக்கியமாகவே இருந்தாள். இருந்தாலும் அவள் முகமும், மூக்கும், பெரு வியாதி [குஷ்டம்] உள்ளவர்களுக்கு இருப்பது போல் வித்தியாசமாக இருந்தது. எனவே எனக்கு மிகவும் பயமாக உள்ளது. நான் திருமணமாகாதவன். இந்த பயத்தை நீங்கள் போக்கும் வரையில், நான் நெருப்பில் நிற்பவன் போல் தவித்துக் கொண்டிருப்பேன்.***
>
> **- வி.பாலகிருஷ்ணன், கோவை**

பலநாள் திருடன் ஒருநாள் அகப்படுவான். திருட்டுத்தனமாக விபச் சாரிகளிடம் அடிக்கடி உறவு வைத்தால் என்றாவது ஒரு நாள் தீராத நோய் பிடித்து விடும். அது ரத்தத்தில் பரவி பல நோய்களை உண்டாக்கும். நடை பிணமாக்கி விடும். பணத்திற்காக உறவு கொள்ளும் விபசாரி, பலரிடம் உறவு கொண்டிருப்பாள்.

பலருடைய ரத்தம் ஊறி உடல் எல்லாம் மேக நீர் உள்ளவளிடம் உறவு கொள்வது போல் அறிவீனம் வேறு எதுவும் இல்லை. இனியாவது ஜாக்கிரதையாக இருங்கள்.

வேப்பம் பட்டையை எடுத்து 10 கிராம் அளவு இடித்து 2 தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு அது பாதியாக குறையும் வரை காய்ச்சவும். பிறகு அதை வடிகட்டி தினமும் காலையில் சாப்பிடவும். 2 மாதங்கள் சாப்பிடவும். புலால் கூடாது. ஒருவேளை ஏதாவது நோய் தொற்றி இருந்தாலும் குணமாகி விடும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 19. என்னை காமப் பேய் பிடித்து ஆட் டுகிறது. காமம் என்னை அழித்து விடுமோ என்று அஞ்சு கிறேன். நான் ஒரு கல்லூரி மாணவன். சிறுநீரகத்தில் புண்கள் ஏற்பட்டு அரிப்பைத் தருகின்றது. இந்த தொல்லைகளில் இருந்து எனக்கு விடுதலை வாங்கித் தருவீர்கள் என்று நம்புகிறேன்.***
>
> **-......... திருச்சி-20**

பேய்களில் பல வகை உண்டு. அதில் காமப் பேய் உங்களை பிடித்திருப்பதாகக் கூறி இருக்கிறீர்கள். இந்த 19 வயதில் காமப் பேய் பிடிக்கிற அளவுக்கு இன்று சமூகம் கெட்டுப் போய் கிடக்கிறது. சிறுவர்கள்கூட பால் உணர்ச்சிக்கு அடிமையாகும் நிலையில் இருக்கிறார்கள். இதற்கு முக்கிய காரணம் சினிமாதான். நம் நாட்டில் சிறுவர்களும் பெண்களும் சினிமாவால் பெரும்பாலும் சீரழிந்து வருகிறார்கள். சினிமாக்கள் சமூக நலன்களை உருவாக்குவதற்குப் பதில்,

உங்களைப் போன்ற இளைஞர்கள் உள்ளத்தில் காமக் கணைகளைத் தொடுத்துக் கொண்டுள்ளன. இது எங்குபோய்முடியும் என்பதே புரியவில்லை.

உங்களுக்கு லிங்கத்தில் அரிப் ஏற்படுவதாக கூறுவதில் இருந்து தீய பழக்கங்கள் இருப்பது தெரிகிறு உடனடியாக அதை கைவிடா விட்டால், கடுமையான நோயக்கு ஆக நேரிடும். உங்கள் திருமண வாழ்வு பாதிக்கப்படும்.

கடுக்காய், தானிக்காய், நெல்லிக்காய் ஆகியவைகளை நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் சம எடை வாங்கவும் வற்றை இடித்து தூள் செய்து அதோடு 2 கிராம் மிளகை பொடி செய்து சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினசரி காலையிலும், மாலையிலும் இதி அரைத் தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிட்டு வந்தால் காமப் பேய் தீரும். லிங்கத்தில் இருக்கும் புண் ஆறும். ஆனால் மேலும் தொடரக் கூடாது.

> *ஐயா! தாங்கள் ஏற்கனவ கூறியிருந்தபடி நரம்புத் தளர்ச்சிக்கும், இரவில் விந்து வெளியாவதற்கும் மருந்து தயாரித்தேன். ஆனால் அதை சாப்பிட வேண்டிய முறை சரியாகத் தெரியவில்லை. அமுக்ரா கிழங்கு, நீர் முள்ளி விதையும் சேர்த்து லேசாக வறுத்து பொடி செய்து சம அளவு கற்கண்டு சேர்த்து பசும் பால் சாப்பிட ஆரம்பித்தேன். ஆனால் பசும்பாலில் ஒரு தேக்ரண்டி அளவு போட்டதும் அது பாலுடன் கலங்காமல் தனியாக நிற்கிறது. எனவே பாலை மட்டும் தனியாக சாப்பிட வேடியுள்ளது. மருந்து தங்கி விடுகிறது. அதை எப்படி சாப்பிடுவ என்று விளக்க வேண்டும்.*
>
> **- த.கு. பாலண்டி, மன்னார்குடி**

அமுக்கரா கிழங்கும், நீர்முள்ளி விதையும் சூரணம் செய்து அதை பாலில் போட்டு கலக்கக் கூடாது பாலை வாயில் ஊற்றிக் கொண்டு, சூரணத்தை அரை தேக்கரண்டி அளவு போட்டு அப்படியே விழுங்க வேண்டும். கற்கண்டு தூளும் நீங்க சொன்னபடி சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

> *ஐயா! எனக்கு வயது ! நான் படித்துவிட்டு வேலை தேடும் ஏழை. நல்ல உடற்கட்டு உயரமும் உள்ளவன். அப்படிப்பட்ட எனக்கு தீய நண்பர்கள்சிறிது கால பழக்கத்தால் சுய இன்பம் அனுபவிக்கும் பழக்கம்வந்தது. இப்போது சிறு நீர் கழிக்கும் போதும், வெள்ளைப்படுகிறது. இப்படி ஒரு வருடமாக உள்ளது. இதனால் உடல் சோர்வுகைகால் வலி ஏற்படுகிறது. இதற்கு தகுந்த மருந்து கூறி என்ன காப்பாற்றுங்கள்.*
>
> **- கே.வி.ஏ. மூர்த்தி, காஞ்சிபுரம்**

சிறுநீர் கழிக்கும்போது வெள்ளை படுதல் உடலில் உள்ள அதிக உஷ்ணத்தைக் காட்டுகிறது. இதை குறைக்க சந்தன கட்டையை உரசி ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சந்தனம் எடுத்து அதனுடன் 'மைசூர் சேண்டல் உட் ஆயில் (சந்தன அத்தர்) ஐந்தாறு துளிகள் சேர்த்து தினசரி சாப்பிட்டு வந்தால் வெள்ளைப்படுவது நிற்கும் என்று ஏற்கனவே பலமுறை கூறியிருக்கிறேன்.

இதற்கு ஒரு மாற்று வைத்தியமும் இப்போது கூறுகிறேன்.

சிவப்பாக, நாக்குபோல் தொங்கவிட்டு 5 இதழ்களுடன் இருக்கும் செம்பரத்தன் பூக்களை பறித்து சிறு துண்டுகளாக்கி ஒரு பாத்திரத்தில் போடவும். அதனுடன் 60 பூக்கள் என்றால் 10 எலுமிச்சம் பழச்சாறு என்ற விதத்தில் எலுமிச்சம் பழச்சாறு அதனுடன் அரை லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு வெயிலில் வைக்கவும். மாலையில் அதை எடுத்துப் பார்த்தால் ரத்தம் போல் இருக்கும். இதை எடுத்து வைத்துக் கொண்டு கொஞ்சம் சர்க்கரை கலந்து சர்பத் போல் காலை, மாலை அரை தம்ளர் சாப்பிடவும். ஒருமுறை செய்தால் 3 நாட்கள் கெடாமல் இருக்கும்.

தினசரி வெயிலில் வைத்து எடுக்க வேண்டும். இது வெள்ளையை தடுப்பதோடு மட்டுமின்றி இருதய பலகீனம் உள்ளவர்களுக்கு இருதய பலத்தைத் தரும். ரத்தத்தையும் விருத்தி செய்யும்.

> *ஐயா! நான் சிறு வயதில் நண்பர்களுடன் சேர்ந்து தீய வழியில் சென்று பெண் வியாதியால் அவதிப்பட்டு ஊசி மருந்து சாப்பிட்டு வருகிறேன். ரத்தப் பரிசோதனை செய்து ஒன்றும் இல்லை என்று சொன்னார்கள். 7 மாதங்களுக்கு முன் திருமணம் செய்தேன். இல்லறத்தில் இன்பமாக இருந்தோம். ஆனால் 2 மாதத்திற்கு முன் என் ஆண் குறியின் மேல் பாகத்தில் சிறு புண்கள் வந்தன. டாக்டரிடம் காட்டினேன். தொடர்ந்து அம்மை தடுப்பு ஊசி வாரந்தோறும் போடச் சொன்னார். அப்படி போட்டும் குணமாகவில்லை. தாங்கள் மருந்து தெரிவிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.*
>
> **- ஆறுமுகம், சென்னை**

வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் அரை தேக்கரண்டி எடுத்த இரண்டையும் தண்ணீர் தெளித்து அரைக்கவும். எலுமிச்சம் பழம் அளவு எடுத்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு, வெந்நீர் சாப்பிடவும். புண்கள் உண்டாகும்போது வேப்பிலையுடன் மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்து பூசவும். தொடர்ந்து மருந்து சாப்பிட்டால் குணமாகும்.

ஐயா! நான் சிங்கப்பூரில் வசிக்கிறேன். இங்கு என் நண்பர் வீட்டுக்கு வந்தபோது உங்கள் கேள்வி - பதில்களை பார்த்தேன். என் பிரச்சினையையும் தங்கள் முன் வைக்க விரும்புகிறேன்.

எனக்கு வயது 26. திருமணம் முடிந்து 4 ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டன. இன்னும் குழந்தை இல்லை. டாக்டரிடம் பரிசோதித்ததில் விந்தில் உயிர் அணுக்கள் குறைவாக இருப்பதாக கூறினார்கள்.பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் பலன் இல்லை. ஆகவே தாங்கள் இதுபற்றி கருத்து கூறுங்கள்.

- கே.கண்ணன், திருச்சி-1

பாதாம் பருப்பு 200 கிராம் வாங்கி தண்ணீரில் ஒருநாள் ஊற வைத்து, மறுநாள் தோலை நீக்கவும். பிறகு லேசாக உலர்த்தவும். அதன் அளவுக்கு நல்ல வெண்மையான வெல்லம் (கரும்பு வெல்லம்) சேர்த்து இடித்து லேகியமாக புட்டியில் எடுத்துக் கொள்ளவும். காலை, மாலை நெல்லிக்காய் அளவுக்கு எடுத்து சாப்பிட்டு வந்தால் விந்து பெருகுவதோடு ஆண் தன்மை பெருகும். விந்து அணுக்களும் பெருகி, குழந்தை பிறக்க வாய்ப்பு உண்டாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. கல்லூரியில் படிக்கிறேன். சிறு வயதில் இருந்து என்னுடைய குரல் கீச்சு குரலாக இருக்கிறது. இதனால் கல்லூரி நண்பர்கள் பெண் குரல் மன்னன் என்ற பட்டம் சூட்டி கேலி செய்கிறார்கள். இதுவரை நான் டாக்டர்களிடம் சிகிச்சை பெறவில்லை. ஆகவே தாங்கள் என் குரல் ஆண் குரல் போல மாற வழிமுறை தெரிவியுங்கள்.

- பாண்டியன், சங்ககிரி

குரல் கம்மல் என்பது பலருக்கு உண்டு. பெண்கள் பேசுவது போல் இருக்கும். சிறுவர்களுக்கு இப்படி இருந்தால் ஒரு குறிப்பிட்ட வயது வந்தபிறகு தானாகவே குரல் மாறிவிடும். குரல் கம்மலுக்கு கீழ்க்கண்ட மருந்து சாப்பிட்டால் குரல் தெளிவாகி விடும். சங்கீதம் பாடுகிறவர்களுக்கு இது மிகவும் நல்லது. சித்தரத்தையை வறுத்து இடித்து தூள் 10 கிராம், கடுக்காய் தோல் இடித்து தூள் 10 கிராம் இவற்றை கலந்து 200 கிராம் பனைவெல்லம் சேர்த்து இடித்தால் லேகியமாக வரும். அதை எடுத்து காலை மாலை நெல்லிக்காய் அளவு மென்று சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 26. கடந்த 2 வருடங்களாக மேக வெட்டை [வி.டி] உள்ளது. அலோபதி, ஓமியோபதி முறைகளில் பல ஊசிகள் போட்டும் ஆண் குறியில் வலியும், கடுப்பும், அதிக உஷ்ணமும் உள்ளது. சில சமயங்களில் வெள்ளையும் வெளியாகிறது. இதைத் தடுக்க தங்களுடைய மருந்தையும், பத்திய முறையையும் தெரிவியுங்கள். மிகவும் கஷ்டமான நிலையில் இருப்பதால் மன்றாடி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஏ.வி.வி.மூர்த்தி, அய்யம்பாளையம்

ஐயா! என் வயது 26. எனக்கு 3 ஆண்டுகளாக பெண் உறவு வைத்துக் கொண்டால் ஆண் குறியில் புண் வருகிறது. உடல் முழுவதும் அரிப்பும், தடிப்பும் ஏற்படுகிறது. நான் பார்க்காத வைத்திய முறைகள் இல்லை. கடைசியாக உங்களிடம் நாடி இருக்கிறேன். நீங்கள் என்னைக் காப்பாற்றுவீர்கள் என்று நம்புகிறேன்.

- பொன்னு நல்லிமுப்பன் தோட்டம், நிச்சயம் பாளையம்

வெள்ளருகு என்று ஒரு மூலிகை உள்ளது. இது சிறிய செடியாகும். இதன் கணுவுக்கு கணு வெள்ளைப்பூ இருக்கும். இதில் ஒரு கைப் பிடி அளவு பிடுங்கி வந்து ஒரு தேக்கரண்டி சீரகம் சேர்த்து நன்றாக அரைக்கவும். அதை கோலி அளவுக்கு 2 உருண்டைகள் செய்து வாயில் போட்டு பசும்பால் சாப்பிடவும். தினசரி காலையில் வெறும் வயிற்றில் 20 நாட்கள் இப்படி சாப்பிட வேண்டும். புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு வயது 18. எனக்கு விரை வீக்கம் இருக்கிறது. அதை ஆபரேசன் செய்யாமல் உங்கள் வைத்திய முறையில் மருந்து சொல்ல பணிவுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன். நாலைந்து மாதங்களாக இந்த வியாதி உள்ளது.

-பி.பி.ராஜ்,வில்லிவாக்கம்

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் விற்கும் கச்சக்காய் வாங்கி அதில் உள்ள பருப்பு 20 கிராம் அளவு எடுத்து அம்மியில் வைத்து 5 கிராம் சுக்கு சேர்த்து தண்ணீர் விட்டு நன்றாக வெண்ணெ போல் அரைக்கவும். அதை வீக்கம் உள்ள விரையில் தடவி இரவில் படுத்துக் கொள்ளவும். தினசரி இப்படி செய்து வந்தால் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 21 ஆகிறது. எனது இடதுபக்க விரை சாத்துக்குடி அளவுக்குப் பெரிதாகியுள்ளது. இது ஐந்து வருட காலமாக உள்ளது. நிறைய நாட்டு மருந்துகள், மாத்திரைகள் சாப்பிட்டும் சிறியதாகவில்லை. எனது உத்தியோகத்திற்கு தடையாக உள்ளது. ஆபரேசன் செய்யாமல் குணப்படுத்த முடியுமா?

- எஸ்.சி.துரை, திருக்காட்டுப்பள்ளி

ஐயா! எனக்கு வயது 17 ஆகிறது. நான் சைக்கிளில் சென்ற போது விரையில் அடிபட்டு வீங்கி இருக்கிறது. அதை குண மாக்க ஏதாவது வழி கூறுங்கள்.

- எம்.எஸ்.கணேசன், முடிகண்டநல்லூர்

விரை வீக்கத்திற்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் ஆபரேசன் ஒன்றுதான் உண்டு. இதற்கு நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கீழ்க்கண்ட மருந்துகளை வாங்கி தயார் செய்து கொள்ளவும். கரியபோளம், கெச் சக்காய் பருப்பு, சுக்கு, பெரிய லவங்கப்பட்டை இந்த நான்கு மருந்துகளும் வகைக்கு 25 கிராம் வாங்கி கொள்ளவும். சுக்கு, பெரிய லவங்கப்பட்டை இரண்டையும் தூள் செய்யவும். அதே போன்று கெச்சக்காய் பருப்பையும் தூள் செய்யவும். பிறகு இந்த நான்கையும் சேர்த்து தண்ணீர் விட்டு மெழுகுபோல் அரைக்கவும். பிறகு குண்டுமணி அளவு ஒரு பகுதி மாத்திரைகளும், சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளும் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். சிறிய மாத்திரையில் ஒன்று வீதம் காலை ஒரு வேளை மட்டும் தண்ணீரில் சாப்பிடவும். பெரிய மாத்திரையை தண்ணீர் விட்டு உரைத்து விதையின்மேல் பூசவும். இப்படி இரண்டு மூன்று மாதங்கள் செய்யவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 27. சில மாதங்களுக்கு முன்பு எனது இடது பக்க விரை வீங்கி வலி எடுத்தது. டாக்டரிடம் காட்டினேன். வலிக்கு மாத்திரை தருகிறேன். ஆனால் வீக்கம் குறையாது. அதற்கு ஆபரேசன் தான் செய்ய வேண்டும் என்று சொல்லி மாத்திரை கொடுத்தார். இப்போது வலி இல்லை. ஆபரேசன் செய்தால் ஒரு மாதம் ஓய்வு எடுக்க வேண்டும். அதற்கு எனக்கு வசதி இல்லை. எனவே தாங்கள் ஆலோசனையை நாடுகிறேன்.

- வே.சுப்புநாடார், சென்னை-14

விதை வீக்கமுள்ளவர்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்தைத் தயார் செய்து வைத்துக் கொண்டு இரவு படுக்கும்போது விதையில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

பழைய துணியை சுட்டு கரியாக்கி 10 கிராம் அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும். பனை வெல்லம் 50 கிராம், வெற்றிலைக்கு போடும் சுண்ணாம்பு 50 கிராம் இவை மூன்றையும் சேர்த்து அம்மியில் வைத்து அரைக்கவும். அரைக்கும்போது சில நேரம் கல்லில் ஒட்டிக் கொண்டு எடுப்பதற்கு சங்கடமாக இருக்கும். அப்போது சுண்ணாம்பு அல்லது பனை வெல்லம் அதிகமாக சேர்த்து அரைத்தால் மெழுகுபோல் வரும். அதை உடனே எடுத்து விதையில் வைத்து ஏதாவது இலையை மேலே வைத்து கோவணம் கட்டிக் கொண்டு படுத்து விடவும். காலையில் இதை எடுத்து விடவும்.

இப்படி அடிக்கடி செய்து வந்தால் வலி குறைந்து வீக்கமும் குறையும்.

ஐயா! எனக்கு இடதுபக்க விரை வீங்கி இருக்கிறது. நான் கூலி வேலை செய்து பிழைப்பவன். கோழி முட்டை வெள்ளைக் கரு. கொச்சக் கொட்டை போன்றவைகள் உபயோகித்தும் பலன் இல்லை. ஆகவே இதற்கு மாற்று மருந்து தெரிவிக்க கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கே.ராஜு, சென்னை-14

கட்டிய மல்லிகைப் பூ வாங்கி, வீங்கிய விரையின் மேல் வைத்து இரவில் கோவணம் கட்டிக் கொள்ளவும். இப்படி 20 நாட்கள் செய்து வந்தால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வீக்கம் குறையும்.

ஐயா! நான் வசிக்கும் இடத்தில் ஒரு ஓட்டல் இருக்கிறது. அங்கு என் நண்பன் வேலை செய்கிறான். ஓட்டலில் தினமும் 20 தேங்காய் உடைப்பார்கள். அந்த தேங்காய் தண்ணீரை தினசரி காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிடுகிறேன். இதனால் ஆண்மை குறைவு ஏற்படும் என்று சொல்கிறார்கள். இது உண்மையா? தயவு செய்து விவரமாக எழுதுங்கள்.

- எஸ்.முருகேசன்,...

தேங்காய் என்பது தேன்காய். தேனை விட சிறந்தது தேங்காய். தேங்காய் பால், தேங்காய் தண்ணீர், இளநீர் ஆகிய எல்லாமே ரத்தத்தை சுத்தம் செய்யக் கூடியவை. ரத்தம் சுத்தமாக இருந்தால் பலவித நோய்கள் வராமல் தடுக்க முடியும். ஆகவே தாங்கள் தேங்காய் தண்ணீரை சாப்பிடுவதால் எந்தக் கோளாறும் இல்லை. நிறைய சாப்பிடலாம். இனாமாக வந்த மாட்டை நிலாவில் கட்டி அடியுங்கள்.

ஐயா! என் நண்பருக்கு ஒரே கண் எரிச்சல், உடல் உஷ்ணம். ஆண் குறியின் நுனிப் பக்கம் சாய்ந்து வெடிப்புகள் ஏற்பட்டு புண்ணாகி விடுகிறது. மேல் தோலிலும் உள்ளேயும் இவ்வாறு உள்ளதால் மிகவும் வேதனைப்படுகிறார். இதற்கு பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. எனவே நீங்கள் நல்ல மருந்தாகக் கூறவும்.

- எஸ்.மணி, மதுரை

இது மேக சம்பந்தமான நோயாகும். உடலில் அதிக வெப்பம் உண்டாவதால் ரத்தமும் வெப்பமாகி கெட்டுவிடும். சோற்றுக் கற்றாழை தோலை நீக்கி விட்டு உள்ளே இருக்கும் சோற்றை எடுத்து 4 அல்லது 5 தடவை தண்ணீர் விட்டு அலசவும். பிறகு தண்ணீரை வடித்துவிட்டு மண்பானையில் போட்டு அதனுடன் தேவையான அளவுக்கு பனங்கற்

கண்டு சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதில் ஒரு இரும்புக் கரண்டி அளவுக்கு எடுத்து காலையிலும், மாலையிலும், சாப்பிடவும். 30 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிடலாம். ஒருமுறை செய்தால் அதை 2 நாட்களுக்கு வைத்துக் கொள்ளலாம்.

ஐயா! என் நண்பருக்கு WARTZ என்னும் நோய் உள்ளது. நோயின் விவரம்: ஒரே கண் அரிச்சல், உடல் உஷ்ணம். ஆண் குறியின் நுனிப்பாகம் காய்ந்து வெடிப்புகள் ஏற்பட்டு புண்ணாகி விடுகிறது. மேல் தோலிலும் உள்ளேயும் இவ்வாறு உள்ளதால் மிகவும் வேதனைப்படுகிறார். இதற்கு பல மருந்துகள் சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. எனவே நீங்கள் நல்ல மருந்தாக கூறவும்.

-.... பெருவிளை, குமரி மாவட்டம்

சோற்றுக் கற்றாழை தோலை நீக்கி விட்டு உள்ளே இருக்கும் சோற்றை எடுத்து 3 அல்லது 5 தடவை தண்ணீர் விட்டு அலசவும். பிறகு தண்ணீரை வடித்துவிட்டு மண் பானையில் போட்டு அதனுடன் தேவையான அளவுக்கு பனங்கற்கண்டு சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். அதில் ஒரு இரும்புக் கரண்டி அளவுக்கு எடுத்து காலையிலும், மாலையிலும் சாப்பிடவும். 20 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் ஒருமுறை செய்தால் அதை 2 நாட்களுக்கு வைத்துக் கொள்ளலாம்.

ஐயா! எனக்கு திருமணம் ஆகி 5 வருடம் ஆகிறது. என் மனைவிக்கு மாதவிடாய் ஆகும்போது தொடர்ந்து 15 நாட்கள் ரத்தப் போக்கு உள்ளது. இதனால் உடல் மெலிந்து காணப்படுகிறாள். அதைப் போக்கி எனக்கு குழந்தை பாக்கியம் கிடைக்கும்படி தாங்கள் மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- வி.ஆறுமுகம், திண்டுக்கல்

வீட்டு விலக்கு வரும் காலங்களில் பெண்களுக்கு அதிகமாகத் தீட்டு கழிந்தால், உடலில் ரத்தம் குறைந்து, சோகை முதலிய நோய்கள் உண்டாகும். அதிக உஷ்ணம் உள்ள பெண்களுக்கு இப்படிப்பட்ட நோய் சாதாரணமாக இருக்கும்.

மாதவிடாய் அதிகமாக போகும் போது கீழ்க்கண்ட மருந்தை பயன்படுத்தினால் மிகவும் பயன் தரும்.

தொட்டால் சுருங்கி இலை ஒரு கைப்பிடி, ஒரு பெரிய வெங்காயம் 4 அல்லது 5, சீரகம் ஒரு தேக்கரண்டி, இந்த மூன்றையும் அரைத்து மோரில் கலந்து காலை, மாலை, சாப்பிடவும், தொடர்ந்து 10 நாட்கள் சாப்பிட்டால் தீட்டு கழிவது நிற்கும். கர்பப் பையில் உள்ள வீக்கம், ரணம் போன்றவை குணமாகி உடல் தேறும். மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் உடல் உறவு கூடாது. புளி, நல்லெண்ணெய், கடுகு சேர்க்கக் கூடாது.

கட்டுக்கடங்காமல் ரத்தம் போனால், ஒரு முழம் நீளம், ஒரு முழம் அகலம் உள்ள துணியை சுட்டு கரியாக்கி, தூள் செய்து கொள்ளவும். அதனுடன் ஒரு கோழி முட்டையின் வெள்ளைக் கரு, அதன் அளவு தேன் இரண்டையும் சேர்த்து கலந்து சாப்பிட்டால், ஒரே வேளையில் சில மணி நேரத்தில் நின்று விடும். பிறகு தொட்டால் சுருங்கி மருந்து தொடர்ந்து ஒரு வாரம் சாப்பிடவும்.

ஐயா! நான் ஒரு பெண். எனக்கு வயது 27. இரு குழந்தைகள் உண்டு. கடைசி குழந்தைக்கு 3 வயது. எனக்கு மாதவிடாய் வந்தால் ரத்தப் போக்கு கட்டுக்கு அடங்காமல் ஒரு வாரம் கூட உள்ளது. இதனால் உடல் மிகவும் இளைத்து சோர்வாக இருக்கிறது. கருப்பையை சுத்தம் செய்தேன். மறுபடியும் ரத்தப் போக்கு அதிகம் உள்ளது. இதற்கு என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும்?

- எம்.எஸ். சித்ரா, மாயவரம்

மேலே சொன்ன வைத்தியத்தைச் செய்யவும். ரத்தப்போக்கு கட்டுக்கு அடங்காமல் இருக்கும் போது காசுக்கட்டி ஒரு கோலி அளவு எடுத்து பொடி செய்து அதை வாழைப்பழத்தில் வைத்து விழுங்கவும். தினசரி இப்படி 3 வேளை சாப்பிட்டால் ரத்தம் நின்றுவிடும்.

ஐயா! எனக்கு திருமணமாகி 5 ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டன. முதல் குழந்தை இறந்து விட்டது. 2வது குழந்தை 5 வயது ஆகிறது. அந்தக் குழந்தை கைக்குழந்தையாக இருந்த போது மீண்டும் கர்ப்பம் ஆனதால், கருச் சிதைவு செய்து கொண்டேன். அதன் பிறகு எனக்கு 3 வருடங்களாக கர்ப்பம் தரிக்கவில்லை. குழந்தைக்காக நான் ஏங்குகிறேன். டாக்டரிடம் சோதித்ததில் சினைக் குழாயில் அடைப்பு உள்ளதாகவும், அதைப் போக்க ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் கூறினார். நான் ஆபரேசன் செய்யலாமா? வேறு வழி உள்ளதா?

- பாத்திமா, திருச்சி.

ஒரு பெண் எத்தனை குழந்தைகள் வேண்டுமானாலும் பெற்று ஆரோக்கியமாக இருக்கலாம். ஆனால் ஒரு முறை கருச்சிதைவு செய்தாலும் உடல் பல நோய்களால் பாதிக்கும். தாங்கள் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை.

வில்வ இலை ஒரு கைப்பிடி, வெங்காயம் (சுனுகு எடுத்தது) 5, சீரகம் அரை தேக்கரண்டி இவைகளை உரலில் போட்டு இடித்து சாறு பிழிந்து வடிகட்டி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் கர்ப்பத்தில் இருக்கும் கோளாறுகள் நீங்கி, ஆபரேசன் செய்யாமல் குழந்தை பிறக்க வாய்ப்பு உண்டு.

ஐயா! எனக்கு வயது 36. சென்ற 5 வருடமாக தும்மல் தொந்தரவு தாங்க முடியவில்லை. ஆங்கில சிகிச்சையில் பலன் இல்லை. மாதவிலக்கு காலத்தில் ஒரு வாரம் முன்பாகவும் ஒரு வாரம் பின்பும் இந்த தொந்தரவு அதிகமாக உள்ளது. இதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை தெரிவிக்கவும்.

-பி.கனகலட்சுமி, சோழன் நகர், தஞ்சாவூர்

காய்ச்சி ஆறிய வெந்நீர் 3 அவுன்ஸ் எடுத்து ஒரு கோப்பையில் வைத்துக் கொண்டு அதில் 7 துளசி இலைகளை போட்டு மூடி வைக்கவும். இரவு முழுவதும் தண்ணீரில் ஊறிய பின் காலை எழுந்ததும் பல் துலக்கிக்கொண்டு துளசி இலை நீரை மட்டும் குடிக்கவும். தொடர்ந்து மாதக் கணக்கில் இப்படி சாப்பிடலாம். நோய் குணமாகும்.

பச்சை துளசி இலை கிடைக்காவிட்டால் நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு உபயோகிக்கலாம்.

ஐயா! எனக்கு தற்போது வயது 24. திருமணம் ஆகி 7 வருடங்கள் ஆகின்றன. முதலில் பெண் குழந்தை பிறந்தது. அதன் பின்

குழந்தை கிடையாது. மாதவிடாய் ஒழுங்காக வருகிறது. எனது கணவர் என்னுடன் சகஜமாக உடல் உறவு கொள்கிறார். அப்படியும் கருத்தரிக்கவில்லை. அடிக்கடி வயிற்று வலி உள்ளது. கணவருடன் உடல் உறவு கொள்ளும் போது வயிறும், கருப்பையும் அதிகமாக வலிக்கிறது. 2 வருடங்களாக இது போன்று வேதனை உள்ளது. என் வாழ்க்கை சந்தோஷமாக அமைய வழி காட்டும்படி மிகவும் தாழ்மையுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- .... நெல்லூர், திருச்சி மாவட்டம்

பழுத்து உலர்ந்து கீழே விழுந்த தேங்காய் அல்லது நன்றாக முற்றிய தேங்காய் வாங்கி உடைத்து திருகி 3 அவுன்ஸ் பால் எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சீரகம் 1/2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து அரைத்து தேங்காய் பாலில் கலக்கி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். ஒரு தேங்காய் 4 நாட்கள் உபயோகப்படுத்தலாம். இப்படி 40 நாட்கள் தினசரி சாப்பிடவும்.

முடிந்தால் சீரகம் கலக்காமல், தேங்காய் பால் மாத்திரம் எடுத்துக் கொண்டு சிரஞ்ச் மூலம் யோனிக்கு உள்ளே போகும்படி செய்து வரவும். அதன் மூலம் உங்கள் நோய் குணமாகும். உள்ளே புண் இருப்பதால் தான் வலி ஏற்படுகிறது. அதை தேங்காய்ப் பால் குணப்படுத்தும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 34. திருமணம் ஆகாதவள். எனக்கு 4 மாதங்களாக இடுப்பு வலி, குனிந்து எழுந்தால் இடுப்பில் பளீரென்று வலி. மாதவிடாய் சரியாக ஆவது இல்லை. 4 வாரங்களுக்கு முன்னால் தூரம் [விலக்கு] சரியாக இருந்தது. இப்போது உடலில் சதைபிடித்து கனமாகி விட்டது.

4 வருடங்களுக்கு முன் என்னைப் பார்த்தவர்கள் இப்போது அடையாளம் கண்டு பிடிக்க முடியவில்லை. எந்த வேலையையும் சுறுசுறுப்பாகச் செய்ய முடியவில்லை. மாதா மாதம் உடல் கனத்துப் போகிறது. இதற்கு ஒரு வழி சொல்லி என்னை காப்பாற்றுங்கள்.

- சக்குபாய், சென்னை-29.

சித்த மருத்துவத்தில் இதற்கு சூதகக் கட்டு என்பார்கள். பெண்களுக்கு சாதாரணமாய் ஆண்களைப் போல் நோய் வராது. கர்ப்பப்பையில் கோளாறு உண்டாகில் அதற்கு உடனே மருத்துவர்களை அணுக வேண்டும்.

ஏனென்றால் பெண்களுக்கு நோய்கள் அங்கிருந்துதான் அநேகமாய் உண்டாகும். இந்தச் சூதகக் கட்டு முதிர்ந்தால் சூதகக் கட்டு ஏற்பட்டு விடும். டாக்டர்கள் அதற்கு ட்யூமர் என்பர். அதையும் கவனிக்காவிடில் இது கேன்சர் என்று சொல்லிவிடுவர்.

நாட்டு மருந்துக் கடையில் கருப்புப்பு என்ற ஒன்று கட்டி கட்டியாக இருக்கும். அதில் 200 கிராம் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். அதை ஒரு குழி அம்மியில் வைத்து பொடி செய்து வேலிப் பருத்தி சாறு என்னும் உத்தாமணி இலைச் சாறு விட்டு வெண்ணை போல் அரைத்து வடை போல் தட்டிக் கொள்ளவும்.

விளக்கெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் வாங்கி அதில் இந்த வடையைப் போட்டு காய்ச்சி நெய் காய்ச்சும் பக்குவத்தில் இறக்கி ஆறிய பின் வடி கட்டி புட்டியில் அடைக்கவும்.

இதில் தேக்கரண்டியளவு இரவு படுக்கும்போது 1/2 டம்ளர் பாலில் விட்டு சாப்பிடவும். இப்படி 48 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு இன்னும் திருமணம் ஆகவில்லை. வயதுக்கு வந்து 6 வருடம் ஆகிறது. கடந்த 4 வருடங்களாக மாதவிடாய் வரும்போது அல்லது வந்தபின் எனக்கு வயிற்று வலி ஏற்பட்டு அவதிப்படுகிறேன். இந்த வலி தாங்காமல் மேல் மூச்சு வாங்குகிறது. மருந்து சாப்பிட்டால் நின்று விடுகிறது. பிறகு வருகிறது. இது குணமாக ஏதாவது மருந்து சொல்லுங்கள்.

- லோகாம்பரி, வில்லிவாக்கம்

உங்கள் நோயை சூதக வலி என்பார்கள். கர்ப்பத்தில் வாயு சேர்ந்து கொண்டு கட்டியாகவும் வரலாம். அதற்கு சூதகக் கட்டி என்று பெயர். டி அண்டு சி ஆபரேசன் செய்வார்கள். ஆனாலும் குணம் காண முடியாது.

நீங்கள், எருக்கம் செடியின் பழுத்த இலைகளை எடுத்து, அதை அனலில் வாட்டி, பிழிந்து அந்த சாறில் 7 சொட்டுகள் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அதில் ஒரு தேக்கரண்டி சர்க்கரை கலந்து மாதவிடாய் ஆன 3 நாட்களும் காலையில் சாப்பிடவும்.

இப்படி 3 மாத விடாய் காலத்தில் சாப்பிட்டுவந்தால் உங்கள் வலி குறைந்து விலக்கும் சரியாக வரும்.

ஐயா! எனக்கு ஒரு குழந்தை இருக்கிறது. இரண்டாவது குழந்தை பிறந்து இறந்து விட்டது. இரண்டாவது பிரசவத்தின் போது தகுந்த மருத்துவ வசதி எனக்கு கிடைக்கவில்லை. எந்தவித உதவியுமின்றி தானாகவே குழந்தை பிறந்தது. இதற்கு பின்பு கடந்த 3 வருட காலத்தில் கொஞ்ச தூரம் நடந்து சென்றால் வயிறு புண்ணாகி விடுகிறது.

ஒவ்வொரு மாதமும் மாதவிலக்கு குறிப்பிட்ட நாளிலிருந்து 6 நாட்களுக்கு முன்பாகவே ஆகிவிடுகிறது. வீட்டுக்கு தூரம் ஆவதற்கு முன்பு, மார்புகள் இரண்டும் அதிகமாக வலி எடுக்கின்றது. மாதம் முழுவதுமே வெள்ளைப் படுகிறது. துர்நாற்றம் போல் ஒரு வாடை இருக்கின்றது.

உடலுறவு காலங்களில் பெண் உறுப்பு எரிகின்றது. எவ்வளவு சாப்பிட்டாலும் உடம்பு மெலிந்து காணப்படுகின்றது. மேற்கண்ட கோளாறுகளை தீர்க்க சரியான வைத்திய ஆலோசனை கூற வேண்டுகிறேன்.

- கே.ராஜேஸ்வரி, புதுக்கோட்டை

தாங்கள் சொல்லும் நோய் அறிகுறிகளை கவனித்தால் சாதாரண நோயாக தென்படவில்லை. அன்றாடம் வெள்ளைப் படுவது பிறவிடை காலம் தள்ளியோ அல்லது முன்போ வருவது, உடலுறவு காலங்களில் எரிச்சல் முதலியன நோய்களுக்கு உடனே மருத்துவரிடம் அணுகி விவரமாகக் கூறி சிகிச்சை பெற வேண்டும். இல்லையேல் அது பெரிய நோயாக மாறக் கூடும். தாமதமின்றி தகுந்த மருத்துவம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

உணவில் மணத்தக்காளி கீரை, பசலை கீரை அடிக்கடி உபயோகித்து வரவும். பச்சை மிளகாய், புலால், கத்திரிக்காய் முதலியவைகளை உடனே நீக்கவும்.

ஐயா! எனக்கு 2 வருடங்களுக்கு முன்பு கர்ப்பப்பை பலவீனமாகி இறங்கி விட்டதாகக் கூறி, அதை எடுத்து விடவேண்டும் என்றார்கள். எனக்கு இஷ்டம் இல்லை என்றாலும் உறவினர்கள் சொன்னதால் எடுத்து விட்டேன். வயது 31 ஆகிறது. என் உடலும், வயிறும் பெரிதாகிக் கொண்டே போகிறது. அதிகமாக சாப்பிட முடியவில்லை. சாப்பிட்டவுடன் மிகவும் கஷ்டமாக இருக்கிறது. நான் ஒரு ஏழை. ஒரு தொழிற் சாலையில் வேலை பார்க்கிறேன். எனக்கு நல்ல மருத்துவம் தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- குணசுந்தரி, சென்னை.

வெங்காரம் என்பது நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும். இதை தங்க நகை செய்யும் ஆசாரிகள், தங்கம், வெள்ளியை உருக்க பயன்படுத்துவார்கள். இதில் 50 கிராம் வாங்கவும்.

அதை பொடி செய்து மண்சட்டியில் போட்டு நெருப்பில் வைக்கவும். அது பொங்கிப் பொங்கி வெண்மையாக பொரிந்து வரும். அதை எடுத்து தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இரவில் படுக்கப் போகும் போது இதில் 2 சிட்டிகை எடுத்து ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து குடிக்கவும். இது ஸ்தூல உடம்பை குறைக்கும். எத்தனை நாட்கள் வேண்டுமானாலும் சாப்பிடலாம்.

ஐயா! எனக்கு வயது 37. திருமணம் ஆகி 3 ஆண்டுகள் ஆகின்றன. குழந்தை இல்லை. ஒரு ஆண்டாக அடி வயிற்றில் சுரீர் என்று வலி ஏற்படுகிறது. மாதவிலக்கு 40 நாட்களில்

ஏற்பட்டது. கர்ப்பப்பை சுத்தம் செய்த பின் 28 நாட்களில் ஏற்படுகிறது. ஆனால் வலியும் எரிச்சலும் உள்ளது. இதற்கு ஒரு வழி கூறுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கே. பத்மாவதி, அவினாசி

மேலே வாசகர் குணசுந்தரி, சென்னை அவர்களுக்கு சொல்லியுள்ள மருந்தை தயார் செய்து சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு 38 வயது ஆகிறது. 4 குழந்தைகள் இருக்கிறார்கள். நான் கர்ப்பத்தடை செய்து 5 வருடம் ஆகிறது. மாதவிலக்கு சரியாக ஆவதில்லை. என் உடம்பு பெருத்துக் கொண்டு போகிறது. கை, கால்கள் வெலவெலத்துப் போகிறது. கை குடைச்சலாக இருக்கிறது. வெள்ளையும் படுகிறது. இதற்கு உடனே மருந்து கொடுக்கவும்.

- என். அன்னபூரணி, பெரம்பலூர்

சுத்தக்காம்பு என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் மூன்று நான்கு வகைகள் உண்டு. வெள்ளைக் கத்தக்காம்பு விசேடமானது. அதில் 100 கிராம் வாங்கவும். மாசக்காய் 100 கிராம் வாங்கவும். இரண்டையும் தனித்தனியே இடித்து சூரணமாக்கி கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேன் சேர்த்து காலை, பகல், மாலை 3 வேளைகளும் சாப்பிட்டு வரவும்.

ஐயா! எனது மகளுக்கு 20 வயதாகிறது. பி.ஏ. முதலாண்டு படிக் கிறாள். அவளுக்கு பிறந்தது முதல் குடல் வியாதி, டி.பி.தாக்கி பிறகு குணமானது. ஆனால் இடது கால் ஊனம் போல் ஆகிவிட்டது. இப்போது வயிறு கல் போன்று இருக்கிறது. மாதவிடாய் காலத்தில் விடாத வாந்தியும் வயிற்று வலியும் ஏற்படுகிறது. பால் கூட சீரணிப்பதில்லை. உடல் மெலிந்து உள்ளது. ஆஸ்பத்திரியில் 20 ஊசிகள் போட்டும் குணமில்லை. உங்களுடைய ஆலோசனையை நாடி நிற்கிறோம்.

- எஸ்.புஷ்பம்மாள், பழனி

தங்கள் பெண்ணுக்கு உள்ள நோய்கள் உடல் பலவீனத்தால் வந்தவையாகும். உடல் ஆரோக்கியம் சரியில்லாமல் படித்து பட்டம் பெற்று என்ன செய்வது? பசி இல்லாவிட்டால் உணவு வேண்டிய அளவு செல்லாது. அப்படி இருந்தால் நாளுக்கு நாள் உடல் பலவீனமாகி பலவித நோய்கள் தொடரும். ஆகவே கீழ்க்கண்ட மருந்து தயார் செய்து காலை, மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு கொடுக்கவும்.

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் ஓமம் 50 கிராம் வாங்கி உலர்த்தி முறத்தில் போட்டு கையால் தேய்த்து பிறகு புடைத்து உமியை போக்கவும். இரும்பு வாணலியில் அதைப் போட்டு லேசாக வறுக்கவும். அதன் பின் இடித்து சலித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். அதனுடன் அரை கிலோ பனை

வெல்லம் (கருப்புக்கட்டி) சேர்த்து இடித்து லேகிய பதத்தில் வைத்துக் கொண்டு மேற்சொன்னபடி சாப்பிடவும். நன்றாக பசி எடுக்கும். அடிக்கடி பேதியாவது, வயிற்றில் மந்தம், புளி ஏப்பம் முதலியவை குணமாகும்.

> ***ஐயா! நான் திருமணம் ஆகாதவள். வயதுக்கு வந்து 10 வருடங்கள் ஆகின்றன. முதல் ஒரு வருட மாதவிலக்கு ஒழுங்காக இருந்தது. பிறகு 3 அல்லது 4 மாதத்துக்கு ஒரு முறை ஏற்படுகிறது. கடந்த ஒரு வருடமாக சிறுநீர் போகும் பகுதியில் அரிப்பு இருக்கிறது. மேற்பகுதியில் புண் எதுவும் இல்லை. மாதவிலக்கு ஒழுங்காக போகவும் எளிய மருந்து கூறும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.***
>
> **- ஜெயந்தி, திருச்சி-20**

சிறுநீர் போகும் பகுதியில் வெள்ளைப்போக்கு இருந்தால் சாதாரணமாக அரிப்பு ஏற்படும். சோற்றுக் கற்றாழை சோறு மட்டும் வெட்டிஎடுத்து நன்றாக தண்ணீர் விட்டு பலமுறைஅலசி கண்ணாடி போல் இருக்கும். ஒரு இரும்புக் கரண்டி அளவு சேகரித்து அதனுடன் பனைவெல்லம் சேர்த்து காலை வெறும் வயிற்றில் மென்று தின்று வந்தால் வெள்ளை நின்று விடும். அரிப்பும் சரியாகி விடும்.

மாதவிலக்கு ஒழுங்காக போகவில்லை என்பதற்கு மருந்து:

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கரிய போளம் (மூகாம்பரம்) 50 கிராம் வாங்கி நன்றாக கரைத்து வடிகட்டி கல், தூசி நீங்கிவிடும். தண்ணீர் அதிகம் விடக் கூடாது. அதை எடுத்து அதன் அளவுக்கு மிளகாய் விதை சேர்த்து சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக செய்து கொள்ளவும். இதில் காலை, மாலை ஒன்று வீதம் சாப்பிட்டு வந்தால் மாதவிலக்கு தாமதமாக வருவது நீங்கி ஒழுங்காக மாதம்தோறும் ஏற்படும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 48. கர்ப்பப் பையில் புண் இருக்கிறது. இதனால் அளவுக்கு மீறிய ரத்தப் போக்கு ஏற்படுகிறது. ரத்தப் போக்கை நிறுத்த என்ன செய்ய வேண்டும்?***
>
> **- பத்மாவதி, மேட்டூர்**

இந்த நோயை பெரும்பாடு என்று கூறுவார்கள். பழைய கறுப்பு சிப்பியை சுட்டு கரியாக்கி பொடி செய்து பனை வெல்லம் கொஞ்சம் சேர்த்து அரைத்து சுண்டைக்காய் பிரமாணம் உருண்டைகள் செய்து கொண்டு காலை, மாலை வேளை ஒன்றுக்கு 2 உருண்டைகள் வீதம் 3 நாட்களுக்கு கொடுக்கவும். உப்பு, புளி நீக்கவும். மோர் தயிர் சாதம் சாப்பிடவும். ஒரு முழு சதுரமான பழைய துணி சுட்டு கரியாக்கி பொடி செய்து அந்த தூளுடன் 2 அவுன்ஸ் தேன் கூட்டி ஒரு கோழி முட்டை வெண் கரு எடுத்து அதில் விட்டு நன்றாய் கலக்கி உள்ளுக்கு கொடுக்க ரத்தப் போக்கு உடனே நிற்கும். இளைப்பு கண்டவர்களுக்கு உடனே உற்சாகத்தை அளிக்கும்.

வில்வ இலையுடன் வெங்காயம் சேர்த்து இடித்து சாறு பிழிந்து சம எடை விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து காய்ச்சி புட்டியில் அடைக்கவும். காலையில் ஒரு வேளை ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் ஒரு வாரம் கொடுக்கவும். கர்ப்பப் பையில் உள்ள புண்கள் ஆறும். ரத்தப் போக்கும் நிற்கும். சேர்ந்தாற்போல் 20 நாட்கள் கொடுக்கவும். வேலிப்பருத்தி சாறு, நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 1 லிட்டர் கலந்து கொள்ளவும். மிளகு கிராம் 50 எடுத்து ஒன்றிரண்டாக இடித்து மேற்கண்ட எண்ணெயில் இடவும். பிறகு காய்ச்சி தைல பதத்தில் இறக்கவும். 1 அவுன்ஸ் அளவு உள்ளுக்கு காலை மாலை கொடுக்கவும். மறுநாளே உதிரப் போக்கு நின்றுவிடும். மீதிப் பகுதியை அடி வயிற்றில் தடவவும்.

> ***ஐயா! மகப்பேறு உண்டாவதற்கு தாங்கள் மருந்து கூறியிருந் தீர்கள். அதை பெண்கள் மட்டும் சாப்பிட வேண்டுமா? அல்லது அனைவரும் சாப்பிட வேண்டுமா? மருந்து சாப்பிடும் 40 நாட்களுக்குள் உடலுறவு கொள்ளலாமா? பத்தியம் என்ன என்ற விவரங்களையும் கூறுங்கள்.***
>
> **-எஸ்.சி.மகராசன், ஆத்தூர், திருச்செந்தூர் வட்டம்**

மகப்பேறு உண்டாக வில்வ இலை இருபத்தி ஏழு, சீரகம் 1/2 தேக்கரண்டி அளவு இரண்டையும் பசும் பாலில் கலக்கி கற்கண்டு தூள் சேர்த்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இதை பெண்கள் மட்டுமே சாப்பிட வேண்டும். இதைச் சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது. உடலுறவும் கூடாது. மாதவிலக்கு சமயத்தில் சாப்பிடக் கூடாது.

> ***ஐயா! என் வயது 25. எனக்கு 2வது குழந்தை பிறந்த பின் 6 மாதங்கள் கர்ப்பத் தடை மாத்திரைகள் சாப்பிட்டேன். கடந்த 3 வருடங்களாக மாதவிடாய் சரியாக வருவதில்லை. டி அண்டு சி செய்து கொண்டேன். இப்போது மீண்டும் சரியாக வருவதில்லை. நெஞ்சு படபடப்பு, உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் களைப்பு ஆகியவை உள்ளன. ஆங்கில மருந்து அலர்ஜியாக இருப்பதால் சாப்பிடவில்லை. ஆகவே தாங்கள் இதற்கான வைத்தியத்தை தெரிவியுங்கள்.***
>
> **- கீதா, நெல்லை**

20 வயதுக்குள் கொலஸ்டிரால் என்னும் கொழுப்பு சத்து 295 சதவீதம் இருப்பதாகவும் உங்கள் கடிதத்தில் எழுதி இருக்கிறீர்கள். இதற்கு நீங்கள் உணவைச் சரிக்கட்டிக் கொள்ள வேண்டும். இளநீர் அடிக்கடி சாப்பிட வேண்டும். சைவ உணவே சாப்பிடவேண்டும். கிழங்கு வகைகள், எண்ணைப் பலகாரம், வாழைப்பழம், வாழைக்காய் ஆகியவைகளை நீக்கி விடவும். மோர் சாதத்தில் பச்சை வெங்காயம் சேர்த்து சாப்பிடுவது நல்லது.

மருந்துகளால் இதைக் குணப்படுத்துவதை விட உணவை சீர்படுத்துவது நல்லது. படபடப்பு முதலியவைகளை வெங்காயத்தால் குணப்படுத்த முடியும்.

ஐயா! என் மனைவி [வயது 26] அடிக்கடி நெஞ்சு வலிக்கிறது என்று கூறுகிறாள். 3 மாதமாக இப்படி இருக்கிறது. வலி வந்ததும் 15 நிமிடம் துடியாய் துடிக்கிறாள். அதன் பிறகு சரியாகி விடுகிறது. தயவு செய்து இந்த வியாதியை ஒழித்துக் கட்ட தக்க மருந்து தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- கே.காஜாமொஹைதீன், திருச்சி

பெண்களுக்கு நெஞ்சுவலி வருவது சாதாரணமான நோய். மாதவிலக்கு சரியாக வந்தால் இந்த தொந்தரவு இருக்காது. ஆகவே தங்கள் மனைவிக்கு மாதந்தோறும் மாதவிலக்கு சரியாக ஆகிறதா என்பதை கவனிக்கவும். மேலும் மலச்சிக்கல் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

நெஞ்சுவலி வரும்போது ஒரு கோப்பை அளவு கோழி முட்டை வெண்கரு எடுத்து 2 தேக்கரண்டி தேன் விட்டு கலக்கி சாப்பிடவும். உடனே வலி நின்று விடும்.

ஐயா! என் வயது 20, திருமணமாகி 2 ஆண்டு ஆகிறது. திருமணம் செய்த புதிதில் குழந்தை வேண்டாம் என்று என் கணவர் கருதியதால் முதல் இரண்டு மாதங்கள் கர்ப்பத்தடை மாத்திரைகள் சாப்பிட்டு வந்தேன். அதன்பிறகு எதுவும் சாப்பிடவில்லை. தொடர்ந்து மாதவிலக்கு ஏற்பட்டு வந்தது. இப்போது குழந்தை வேண்டும் என்று விரும்புகிறோம். ஆனால் மாதவிலக்கு நின்றபாடில்லை. எங்கள் குழந்தை ஆசை நிறைவேற நல்ல வழியை கூறுமாறு வேண்டுகிறேன்.

- வசந்திகோபாலன், நாகர்கோயில்

இயற்கைக்கு விரோதமாக எது செய்தாலும் நோய் வரும். உயிருக்கே ஆபத்து வரும். செயற்கை மருந்தால் கர்ப்பத்தை தடுப்பது ஒரு ஆபத்தான வழி! பெண்களுக்கு இயற்கையாக மாதம் ஒரு முறை வர வேண்டிய பிறவிடையை சிலர் தடுக்க மாத்திரைகளை சாப்பிடுவார்கள்.

ஒரு திருமணத்திற்கு செல்ல வேண்டும் அல்லது ஊருக்குச் செல்ல வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்பட்டால் அந்த நேரத்தில் மாதவிலக்கு வாரமல் இருக்க மாத்திரைகளை சாப்பிட்டு அதைத் தள்ளிப் போடுகிறார்கள். இப்படி செய்வதால் இயற்கையாக நடைபெறும் சரீர தத்துவத்தில் மாற்றம் ஏற்பட்டு கர்ப்பத்தில் பல நோய்கள் உண்டாகும்.

அதுபோன்றே குழந்தை பிறப்பது இயற்கையாக எப்போது குழந்தை பிறக்க வேண்டுமோ அப்படி விட்டு விட வேண்டும். அதை தடுக்க மாத்திரை சாப்பிட்டால் மகப்பேறு இல்லாமலே போகலாம். வேண்டும்போது பிறக்க வேண்டும் என்பது அர்த்தமற்றது.

திருமண வாழ்க்கையை பல வருடம் அனுபவிக்க எண்ணம் கொண்டு, கர்ப்பச் சிதைவு செய்துவிட்டு, பிறகு குழந்தைக்கு தவிக்கும் பலர் உண்டு. ஆகவே பெண்கள் இவ்விதம் மாத்திரைகளை சாப்பிடுவதை தவிர்க்க வேண்டும்.

ஒன்று அல்லது இரண்டு குழந்தைகள் பிறந்த பின் வேண்டுமானால் பாதுகாப்பான தடை மருந்து சாப்பிடலாம். பிறகு வேண்டிய அளவு சுகபோகங்களை அனுபவிக்கலாம். தடை செய்தால் தடைதான் உண்டாகும். கர்ப்பத்தை அழித்தால் கர்ப்பத்துக்கு அழிவு ஏற்படும்.

நீங்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்தைச் சாப்பிட்டால் பலன் கிடைக்கும்.

வில்வ இலை 5, சீரகம் 2 கிராம் இந்த இரண்டையும் பசும் பால்விட்டு அரைத்து ஒரு தம்ளர் பசும்பாலில் கலந்து காய்ச்சி காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடலாம். இப்படி 40 நாட்கள் சாப்பிட்டால் கர்ப்பம் தரிக்கும்.

ஐயா! எனக்கு 37 வயதாகிறது. நான் ஆங்கில மருத்துவ முறைப்படி கருத்தடை செய்து கொண்டு ஒரு வருடமாகிறது. 9 மாதங்களாக வீட்டு விலக்கு ஒழுங்காக ஆனது. பிறகு குறிப்பிட்ட நாள் விட்டு சிறிது சிறிதாக ஆனது. இப்போது வீட்டு விலக்காவதற்கு பதிலாக வெள்ளையாக வருகிறது. மருத்துவரிடம் சென்று தெரிவித்தேன். ஒரு வருடம் ஆன பிறகு நாங்கள் ஒன்றும் செய்ய முடியாது என்று கூறி விட்டார்கள். இதற்கு தாங்கள் எளிய வைத்திய முறையை தெரிவியுங்கள்.

- திரேசா, சென்னை-12

கர்ப்பப் பையில் புண் இருந்தால் இவ்விதம் வெள்ளை தண்ணீராக வடியும். இந்த வெள்ளை நாள் பட இருந்தால் அது புற்றுநோயாக மாறக் கூடும். இதற்கு சோற்றுக் கற்றாழை சாப்பிட்டு குணம் ஆகிவிட்டதாக எழுதியது நினைவிருக்கலாம்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடல் எடுத்து தோலை நீக்கி சோற்றை நன்றாக தண்ணீர் விட்டு அலம்பவும். பிறகு தண்ணீர் இன்றி கற்றாழை சோற்றை சுத்தம் செய்து பனங்கற்கண்டை தேவையான அளவு சேர்த்து ஒரு இரும்பு கரண்டி அளவு தினசரி சாப்பிடவும். காலை வெறும் வயிற்றிலும் மாலை 6 மணிக்கும் 3 மாதங்கள் சாப்பிட்டால் பூரண குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 28 ஆகிறது. 3 குழந்தைகள் உள்ளன. கடைசி குழந்தை பிறந்து ஒரு வருடம் ஆகிறது. அதன் பின் மாதவிலக்கு ஆன பிறகு 10 நாட்களுக்கு வெள்ளையாக போகிறது. மாத கடைசியிலும் அதுபோல் போகிறது. இதை நிறுத்துவதற்கு உதவி செய்யுங்கள்.

- வி.ஜோதி, அயனாவரம்.

சில பெண்களுக்கு எப்போதும் வெள்ளை நீராகவும், மற்றும் சிலருக்கு தயிர் போலவும் வெளிவரும். இதனால் உடல் உஷ்ணமாகி சக்தியற்று போகும். கை கால்கள் ஓய்ந்து போகும். இதற்கு மேல்நாட்டு மருத்துவத்தில் மருந்து கிடையாது.

முற்றிய சந்தனக் கட்டை வாங்கி, பன்னீர் விட்டு அதை தேய்த்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சந்தன கல்கம் எடுக்கவும். அதில் அரை அவுன்ஸ் பன்னீரும், இரண்டு மூன்று சொட்டு அசல் சந்தன அத்தரும் (மைசூர் சாண்டல் உட் ஆயில்) விட்டு கலக்கி காலை மாலை சாப்பிடவும்.

இப்படி 10 நாட்கள் சாப்பிட்டால் பூரண குணமாகும். பல மருந்துகளுக்கு அடங்காத அந்த வியாதிகளை குணப்படுத்திய அனுபவம் எனக்குண்டு.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 20. திருமணமாகி 6 மாதங்களில் இருந்து வெள்ளைப் போக்கு இருந்து வருகிறது. ஒன்றரை வருடங்களாக இந்நோயால் அவதிப்பட்டு வருகிறேன். இதனால் என் உடல் இளைத்து விட்டது. பல ஆங்கில வைத்தியர்களிடம் மருத்துவம் செய்தும் பயனில்லை. ஆகவே இதை தடுக்க தாங்கள் ஒரு நல்ல மருந்து சொல்லுங்கள்.***
>
> **- ஜெயந்தி, சென்னை-15.**

வெள்ளைப் போக்கு தடுக்க மேலே சொன்னபடி சந்தனக் கட்டையை உரசி ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து அதில் ஒன்றிரண்டு சொட்டு சந்தன அத்தர் கலந்து சாப்பிட வேண்டும் என்று பலமுறை கூறியிருக்கிறேன்.

சோற்றுக் கற்றாழையும் சாப்பிடலாம். சோற்றுக் கற்றாழை மடல்களைக் கொண்டு வந்து தோலை நீக்கிவிட்டு சோற்றை ஏழு தடவை நீர் விட்டு நன்றாக அலம்பவும். அதனுடன் பனங்கற்கண்டு தேவையான அளவு சேர்த்து பெரிய இரும்புக் கரண்டி அளவு, காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிட்டு வந்தால் பலன் தரும்.

> ***ஐயா! எனக்கு 6 மாதமாக கர்ப்பப் பையில் இருந்து வெள்ளையும் சிவப்புமாக மேகம் போய்க் கொண்டிருக்கிறது. அரசு ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சைக்கு சென்றபோது பரிசோதனையில் கர்ப்பப் பையில் புற்று நோய் இருக்கிறது என்றும் அது இரண்டாவது நிலையில் இருப்பதாகவும், மின்சார சிகிச்சை செய்ய வேண்டும் என்றும் சொல்கிறார்கள். நான் மிகவும் ஏழ்மை நிலையில் இருப்பதால் அது எனக்கு சாத்தியப்படாது. ஆகவே இதற்கு தாங்கள் உடனடியாக மருந்து தெரிவித்தால் நன்றி உடையவளாக இருப்பேன்.***
>
> **- எஸ்.ராமலட்சுமி, ஸ்ரீவைகுண்டம்**

ஆஸ்பத்திரியில் என்ன நோய் என்று சொன்னாலும் தாங்கள் கவலைப்பட வேண்டாம்.

சோற்றுக் கற்றாழை மேல் தோலை நீக்கி சோற்றை நன்றாக அலம்பி 100 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். 3 கடுக்காய்களின் தோலை எடுத்து இடித்துச் சோற்றுக் கற்றாழையில் போட்டு வைத்தால் நீர் சுரக்கும். இந்த நீரில் விளக்கெண்ணெய் ஒருதேக்கரண்டி அளவு விட்டு செவ்வாய், வியாழன் அல்லது ஞாயிற்றுக் கிழமையில் சாப்பிடவும். இரண்டு மூன்று முறை பேதியாகும். அன்றைய தினம் வெறும் நொய் கஞ்சி மட்டும் சாப்பிடவும். மறுநாளில் இருந்து மேற்சொன்னபடி சோற்றுக் கற்றாழை தண்ணீர் எடுத்து விளக்கெண்ணய் சேர்க்காமல் கால் டம்ளர் காலை, மாலை தொடர்ந்து சாப்பிடவும். உங்கள் நோய் குணமாகும்.

> ***ஐயா! என்னுடைய பாட்டிக்கு வயது 68. வலதுபக்க மார்பகத்தில் கட்டி இருக்கிறது. அதை டாக்டர்கள் புற்றுநோய் என்றும் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் கூறுகிறார்கள். ஆனால் உடம்பில் போதிய ரத்தம் இல்லை. எனவே ஆபரேசன் இல்லாமல் குணப்படுத்த முடியுமா? அதுபற்றி விளக்கம் தரும்படி வேண்டுகிறேன்.***
>
> **- கே.சங்கர், திருநெல்வேலி டவுன்**

சோற்றுக் கற்றாழை மடல் எடுத்து ஒரு பக்கம் மட்டும் தோலை நீக்கி சோறு இருக்கும் பக்கத்தை மார்பகத்தில் உள்ள கட்டியில் வைத்து தினசரி கட்டவும். காலையில் வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் அரை தேக்கரண்டி எடுத்து தண்ணீர் தெளித்து வெண்ணை போல் அரைக்கவும். அரைத்ததை எலுமிச்சம் பழம் அளவு தினமும் சாப்பிடவும். ஆபரேசன், கரண்ட் சிகிச்சை எல்லாம் ஆபத்தான வைத்தியம். தற்காலிகமாக குணம் தெரியும். பிறகு கொடுமைப்படுத்தும்.

மேற்சொன்ன மருந்து சாப்பிடும் போது புலால் எதுவும் சாப்பிடக் கூடாது.

> ***ஐயா! எனது சகோதரிக்கு வயது 25 ஆகிவிட்டது. இன்னும் பருவம் அடையவில்லை. அதற்கு காரணம் தெரியவில்லை. பேய், பிசாசு இருக்கும் என்று எல்லா இடங்களிலும் சென்று பார்த்து பலன் ஒன்றும் ஏற்படவில்லை. எனவே தாங்கள் இதற்கு சரியான மருந்து ஒன்று சொல்லவும். இல்லையெனில் நாங்கள் நேரிடையாக வருவது என்றாலும் வருகிறோம்.***
>
> **- கே.நட்ராஜ், வெல்ல வியாபாரி, உடுமலை.**

பேய், பிசாசு என்று மக்கள் பிதற்றுவார்கள். தேவர், அசுரர், மனிதர், பேய்கள் என்ற வர்க்கங்கள் மனித சமுதாயத்திலேயே உள்ளன. பேய் ஒரு மனிதனை பிடித்துக் கொள்கிறதென்றால் அதை ஓட்டுவதென்பதும் பேய்த்தனம், முட்டாள்தனம்.

ஆகவே தாங்கள் சீரகம் தேக்கரண்டியளவு, நல்லெண்ணெய் 200 மி.லி. எண்ணெய்யில் சீரகத்தைப் போட்டு அடுப்பேற்றி சிறுநெருப்பில்

காய்ச்சவும். சீரகத்தின் நிறம் கருப்பு நிமாகும் சமயத்தில் இறக்கி பின் 2 தேக்கரண்டியளவு தலையில் தேய்த்து, சிகைக்காய் தேய்த்து வெந்நீரில் வாரத்துக்கு இருமுறை குளிக்கவும். புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! என் முகத்தில் ரோமங்கள் வளர்ந்துள்ளன. அதை நிரந்தரமாக நீக்குவதற்கு ஒரு வழி சொல்லுங்கள்.

- கே. வசந்தி, கோவை

முற்றிய தேங்காய் சிரட்டை எடுத்து இடித்து தண்ணீரில் 5 நாள் போட்டு ஊற வைக்கவும். பிறகு அதை காய்ச்சி புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். காலையில் எழுந்ததும் அதை முகத்தில் தேய்த்து சிறிது நேரம் ஊற வைத்து கழுவிக் கொள்ளவும். இப்படி செய்து வந்தால் அவசியம் இல்லாத முடிகள் உதிரும்.

ஐயா! நான் சில ஆண்டுகளாக சென்னையில் நகர காவல்துறையில் பணியாற்றி வருகிறேன். எனக்கு திருமணமாகி 3 ஆண்டுகளுக்குப் பின் மனைவி கர்ப்பம் தரித்தாள். 7வது மாதத்தில் இருந்து அவளுடைய கால்களில் எரிச்சல் ஏற்படுவதாக சொல்கிறாள். தரையில் கால் வைத்து நடக்க முடியாமல் சிரமப்பட்டாள். குழந்தை பிறந்த பிறகும் அதே நிலைதான் உள்ளது. பல ஆஸ்பத்திரிகளில் காட்டி 200 ரூபாய் வரை செலவு செய்து விட்டேன். பலன் அளிக்கவில்லை. ஆகவே தங்களை அணுகி இருக்கிறேன். உங்கள் மருத்துவ முறையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- அ.வேள்பாரி, சென்னை-21

உடலில் அயச் சத்து குறைவு ஏற்படும் காலத்தில் கை கால்களில் எரிச்சல் உண்டாகும். குப்பைமேனி செடிகளை பிடுங்கி வந்து சுத்தம் செய்து இடித்து அரை லிட்டர் சாறு பிழிந்து கொள்ளவும். அதனுடன் அரை லிட்டர் விளக்கெண்ணெய் சேர்த்து மண் பாத்திரத்தில் ஊற்றி சிறு நெருப்பில் காய்ச்சவும். தைல பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் 3 அவுன்ஸ் வீதம் பால் அல்லது வெந்நீரில் காலையிலும் இரவு படுக்கப் போகும் போதும் சாப்பிடவும்.

ஓய்வாக இருக்கும் நேரங்களில் பாதங்களில் விளக்கெண்ணெயை நன்றாக தேய்க்கவும். பாத எரிச்சல் குறையும். புலால் உணவை நிறுத்தவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. இன்னும் திருமணம் ஆகவில்லை. எனக்கு கைகளிலும், கால்களிலும் ஆண்களைப் போல் முடி வளர்கிறது. இதனால் பார்ப்பதற்கு அருவருப்பாக உள்ளது. இதை நீக்க தாங்கள்தான் வழி கூற வேண்டும்.

- எஸ்.ராஜலட்சுமி, சென்னை-7

சில பெண்களுக்கு இதுபோல் முடி வளரும். எனக்குத் தெரிந்தவரை இதற்கு மருந்து கிடையாது. ஆனால் இப்படி முடி வளராமல் இருக்கத்தான் பெரியவர்கள் சிறு வயதில் இருந்து மஞ்சள் அரைத்து பூசி வருவது வழக்கம். இப்போது அந்த பழக்கம் மலையேறி விட்டது. பெண் குழந்தைகளுக்கு சோப்பு தவிர வேறு எதுவும் உபயோகிப்பதில்லை.

குழந்தைகளுக்கு முகத்தில் சோப்பு தடவக் கூடாது. சோப்பு கண்களில் பட்டால் ஒளி மங்கும். ஆகவே அந்த பழக்கத்தை நிறுத்த வேண்டும். பெண் குழந்தைகளுக்கு, கஸ்தூரி மஞ்சள் வாங்கி நீர் விட்டு அரைத்து குளிப்பாட்டும்போது நன்றாக தேய்க்க வேண்டும். அப்படி செய்து வந்தால் மீசை மற்றும் கை கால்களில் முடி வளராது.

ஐயா! எனக்கு திருமணமாகி 8 வருடங்கள் ஆகின்றன. வயது 25. கர்ப்பத்தடை செய்து கொண்டேன். எனக்கு 3 குழந்தைகள் பிறந்த பிறகு கருத்தடை செய்து கொண்டேன். 3வது பிரசவத்துக்குப் பிறகு மார்பகங்கள் சுருங்கி விட்டன. வளர்ச்சியும் இல்லை. ஹார்மோன் மாத்திரைகள் சாப்பிட்டும் ஊசிகள் போட்டும் பார்த்துவிட்டேன். எந்தவிதமான பலனும் இல்லை. மார்பகங்கள் வளர்ச்சி அடைய என்ன மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்பதை தெரிவியுங்கள்.

- ....மதுரை

ஐயா! எனக்கு வயது 16. நான் மிகவும் குள்ளமாக இருக்கிறேன். அது மட்டுமின்றி மிகவும் மெலிந்தும் இருக்கிறேன். நான் வளர்ச்சி அடைய ஆலோசனை கூறுமாறு வேண்டுகிறேன்.

- ராதிகா, சென்னை.

ஐயா! நான் கல்லூரி மாணவி. வயது 18. பி.எஸ்சி முதலாம் ஆண்டு படிக்கிறேன். என்னுடைய மார்பகங்கள் சிறியதாக இருக்கின்றன. இதனால் என்னுடைய கல்லூரி தோழிகளும், உடன் படிக்கும் மாணவிகளும் கேலி செய்கிறார்கள். இதனால் என் மனம் நோகிறது. வெட்கத்தை விட்டு உங்களிடம் சொல்கிறேன் என்னுடைய மார்பகங்கள் பெரிதாகி கவர்ச்சி கரமாக விளங்க தகுந்த ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- வனிதா, தர்மபுரி

உயரமாக இருப்பவர்கள் குள்ளமாகவும், குள்ளமாக இருப்பவர்கள் உயரமாகவும் மருத்துவத்தினால் மாற்ற முடியாது. அதனால் வாசகி ராதிகா அவர்களே நீங்கள் குள்ளமாக இருப்பது குறித்து கவலைப்பட வேண்டாம். 'கள்ளனை நம்பினாலும் குள்ளனை நம்பாதே' என்பார்கள். இதற்கு காரணம் அவனுக்கு மூளை அதிகம் என்பதுதான்.

ஆனால் நீங்கள் மிகவும் மெலிந்து இருப்பதாகவும் கூறுகிறீர்கள். மேலும் நீங்கள் பெண் என்பதும் வயது 16 என்பதும் தெரிய வருகிறது. உடல்

பருக்க கேழ்வரகும் கம்பும் நல்ல பலன் தரும். ஆகவே இவர்கள் மூவரும் கீழ்க்கண்ட தானியத்தைப் பயன்படுத்தி உடல் வளர்ச்சியடையலாம்.

கேழ்வரகு கஞ்சி, கூழ் அல்லது கம்பு களி, கூழ் செய்து சாப்பிடவும். கேழ்வரகு, கம்பு ஆகியவைகளை 'மால்ட்' ஆகவும் செய்து காபி போட்டு பால் சேர்த்து சாப்பிடலாம்.

ஒரு லிட்டர் கேழ்வரகு வாங்கி இரவில் தண்ணீரில் ஊற வைத்து மறுநாள் ஈரத் துணியில் கட்டி வைத்தால் இரண்டாம் நாள் முளை வந்துவிடும். அதன்பின் அதை உலர்த்தி வாணலியில் போட்டு வாசனை கிளம்ப வறுத்து அதை மாவாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

அதில் வாசனைக்காக 10 கிராம் ஏலக்காய் பொடி செய்து போட்டு, புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதை காபி போல் ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் 2 அல்லது 3 தேக்கரண்டி போட்டு காய்ச்சி வடிகட்டாமல் பால் சேர்த்து சாப்பிடவும்.

இதேபோல் கம்பு 'மால்ட்' செய்தும் சாப்பிடலாம். இதை தினசரி சாப்பிட்டால் உடல் பெருக்கும். பெண்களுக்கு மார்பகங்களும் வளர்ச்சி அடையும்.

ஐயா! என் மனைவிக்கு 22 வயதாகிறது. 6 மாதமாக உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருக்கிறது. யாரிடமும் கலகலப்பாக பேசுவதில்லை. ஞாபகசக்தி குறைவு. மலச்சிக்கல் உள்ளது. மாதவிலக்கு சரியாக போவதில்லை. பலவீனமாக இருக்கிறாள். வீட்டு வேலைகளை நன்றாக செய்கிறாள். இதற்கு தாங்கள் தக்க ஆலோசனை வழங்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஜி.ராபர்ட், கோவில்பட்டி

பெண்களுக்கு வீட்டு விலக்கு சரியாக போகாவிட்டால் பல வியாதிகள் ஏற்படும். கூவளம் என்ற வில்வ இலை 100 கிராம், மிளகு 20 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். மிளகை லேசாக வறுத்து இடித்து சூரணம் செய்து வில்வ இலையோடு சேர்த்து அம்மியில் வைத்து நன்றாக அரைக்கவும். அதை சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி பத்திரப்படுத்திக் கொண்டு காலை, மாலை ஒன்று வீதம் வெந்நீர் அல்லது பாலில் சாப்பிடவும். 20 நாட்கள் சாப்பிட்டால் கர்ப்பப்பை கோளாறு நீங்கி சூதக வாயு அகலும்.

மலச் சிக்கலுக்கு பிஞ்சுக் கடுக்காயை லேசாக விளக்கெண்ணெய் விட்டு வறுத்து இடித்துசூரணம் செய்து இரவில் சிறிது எடுத்து வெந்நீரில் சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு திருமணம் ஆகி 5 வருடங்கள் ஆகிறது. ஒரு ஆண் குழந்தையும், ஒரு பெண் குழந்தையும் இருக்கிறார்கள். எங்களுக்கு இனி மேல் குழந்தை வேண்டாம் என்று நிறுத்தி விட்டோம். சித்த வைத்திய முறையில் நிரந்தரமாக கருத்தரிக்காமல் இருப்பதற்கும் மாதா மாதம் மனைவிக்கு வீட்டு விலக்கு சரியாக ஏற்படவும் மருந்து கூறுங்கள்.

- வி.ஏ. ராமன், திருச்சி - 1

பூவரசன் பட்டையை இடித்து தூள் செய்யவும். அதில் 100 கிராம் எடுத்து அதனுடன 100 கிராம் சிந்துப்பு சேர்த்து தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அரைக்கவும். பிறகு அதை சுண்டைக்காய் அளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி பத்திரப்படுத்திக் கொள்ளவும். வீட்டு விலக்கு வந்ததில் இருந்து 7 நாட்கள் காலையிலும், மாலையிலும் இதில் ஒரு மாத்திரையை பாலில் சாப்பிட வேண்டும். இதை சாப்பிடும் பெண்கள் 7 நாட்களும் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

பூவரசன் பட்டையில் காய் காய்க்கும் பூவரசன் பட்டையைத்தான் எடுக்க வேண்டும். கொட்டை பூவரசன் என்றும் இதை குறிப்பிடுவார்கள்.

ஐயா! எனது மனைவிக்கு குழந்தை தரிப்பது இல்லை. அப்படியே தரித்தாலும் 3 அல்லது 4 மாதத்தில் கலைந்து விடுகிறது. எங்களுக்கு திருமணமாகி சுமார் 5 வருடமாகிறது. இதுவரை ஒரு குழந்தைகூட பிறக்கவில்லை. ஆகவே, கரு கலையாமல் இருக்க என்ன செய்ய வேண்டும்? எங்கள் குழந்தை ஆவலை பூர்த்தி செய்ய தாங்கள் ஆலோசனை தெரிவிக்கவும்.

- கு.வி. லிங்கம், தஞ்சாவூர்

தங்கள் மனைவியின் கர்ப்பப்பை பலவீனமாக இருப்பதால், மூன்று, நான்கு மாதக் குழந்தையைச் சுமக்க முடியாத நிலையில் கரு கலைந்து போகிறது.

கடுக்காய்த்தோல், நெல்லி முள்ளி, தானிக்காய்த் தோல் ஆகியவைகளை சம அளவு எடுத்து இடித்து சூரணம் செய்யவும். இதை திரிபலா என்பார்கள். ஆயுர்வேத அல்லது சித்த மருத்துவக் கடையில் திரிபலா என்று கேட்டாலும் கொடுப்பார்கள். இதில் 100 கிராம் வாங்கி, 400 கிராம் பனை வெல்லம் சேர்த்து அரைத்தால் லேகிய பதத்தில் வரும். அதை புட்டியில் பக்குவப்படுத்திக் கொண்டு இரவு படுக்கும்போது நெல்லிக்காய் அளவு தினசரி சாப்பிடவும். 6 மாதங்கள் வரை சாப்பிட வேண்டும். மலம் நன்றாகப் போகும், கர்ப்பப் பை பலப்படும்.

கேள்வி: ஐயா! எனக்கு 45 வயது இருக்கும். உடம்பில், வயிற்றில் மேகம் புரளுவது போல் இருக்கிறது. அந்த சமயம் எச்சில் வேகமாக சுரக்கிறது. நெஞ்சில் முட்டுக் கட்டை போல் இருக்கிறது. அப்போது கை கால் அசந்து போகிறது. விரலை விட்டு வாந்தி எடுத்தால் கட்டி கட்டியாக சளி வருகிறது. சரியாக பசிப்பதும் இல்லை. இந்த நோய் குணமாக மருத்துவம் தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

-எஸ். வேலுப்பிள்ளை, சென்னை

தங்கள் நோய் அதிக பித்தத்தால் உண்டானது. நான் கூறப் போகும் மருந்து உங்களுக்கு மட்டுமல்ல, எல்லோருக்கும் வாய் கசப்பு, பசியின்மை, வாந்தி, மயக்கம், தூக்கம் இல்லாதது போன்றவைகளை தீர்ப்பதாகும். ஆகவே எல்லோரும் செய்து பயன் அடைய வேண்டும்.

சீரகம், பெருஞ்சீரகம் என்னும் சோம்பு, காட்டு சீரகம், இந்துப்பு ஆகியவைகளில் ஒவ்வொன்றும் 100 கிராம் வீதம் வாங்கி ஒரு சிறு மண் சட்டியில் போட்டு அது மூழ்கும் வரை அதில் எலுமிச்சம் சாறு விட்டு வெயிலில் வைக்கவும்.

சாறு காய்ந்த பின் மீண்டும் சாறு ஊற்றவும். இப்படி 8 முறை செய்ய 10 நாட்கள் ஆகும். ஆனாலும் பரவாயில்லை. இது பல நோய்களை குணப்படுத்தும்.

எலுமிச்சம் பழச்சாறு உலர்ந்தபின் சரக்குகளை உலர்த்தி இடித்து, ஜலித்து சூரணமாக்கி, கண்ணாடி புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

அதில் தேக்கரண்டி அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் மாலை 6 மணிக்கும் தண்ணீரில் சாப்பிடவும். இதனால் மேற்சொன்ன நோய்கள் குணமாகும். எரி குன்மம் வியாதியும் குணமாகும்.

ஐயா! தலைக்கு எண்ணெய் தேய்த்து குளிப்பதால் உடல் உஷ்ணம் குறையுமா? சிலர் எண்ணைக்கு பிடித்த கேடு என்கிறார்களே. இதில் எது உண்மை? எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பதால் என்ன நன்மை? அன்று கடைப்பிடிக்க வேண்டிய விஷயங்கள் என்ன? மேற்கண்ட கேள்விகளுக்குப் பதில் கூறும்படி தாழ்மையுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- ஜி.கே.ரத்தினசாமி, சென்னை-5

வாரத்திற்கு ஒரு முறை அல்லது இருமுறை நல்லெண்ணெய் தலையில் தேய்த்துக் குளிப்பது பல்லாண்டு கால வழக்கமாக இருந்து வருகிறது. நம் பெரியோர் நம்மை விட பன்மடங்கு ஆரோக்கியமாக இருப்பதற்குக் காரணம் இதுதான்.

நல்லெண்ணெய் தேய்ப்பது நல்லதா கெட்டதா என்பது பிரச்சினை அல்ல. 'வைத்தியனுக்குக் கொடுப்பதை விட வாணியனுக்குக் கொடு' என்பது பழமொழி. சரும நோய் உள்ளவர்கள் தவிர மற்றவர்கள் நல்லெண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பது கண்களை குளிர்ச்சி செய்து ஆரோக்கியம் தரும். அந்தக் காரணத்தினால்தான் 'நல்ல எண்ணெய்' என்று இதற்கு பெயர்.

சாஸ்திரங்களில் இந்த எண்ணெ பற்றி மிகவும் பாராட்டி எழுதி இருக்கிறார்கள். இது புத்திக்கு தெளிவையும், விழிகளுக்கு குளிர்ச்சியையும், உடல் பூரிப்பையும் தருவதோடு, கண் நோய், கொதிப்பு, தலைக் கொதிப்பு, இருமல் முதலியவைகளை குணமாக்கும். மன மகிழ்ச்சியைத் தரும் என்று எழுதி இருக்கிறார்கள்.

> ***'புத்தி நயனக் குளிர்ச்சி பூரிப்பு மெய்ப்புலம்***
> ***சத்துவங்காந்தி தனியிளமை மெத்தவுண்டாங்***
> ***கண்ணோய், செவிநோய் கபாலவழல், காசநோய்***
> ***புண்ணாய்போ மெண்ணெய் யாற்போற்று'***

என்பது அது பற்றிய பாடலாகும்.

பச்சை நல்லெண்ணெயைக் காட்டிலும் 100 மில்லி லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் 5 கிராம் ஜடாமாஞ்சி என்ற வேர் ஒன்றிரண்டாக நூள் செய்து போட்டு காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு தேய்த்து வந்தால் உடலுக்கு வெகு பலத்தை கொடுக்கும். உடல் சோர்வு குறையும். மூளைக்கு இது நல்ல மருந்து.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 29. திருமணம் ஆகவில்லை. 20 வயதில் எனக்கு ஒரு கையும், காலும் செயல் இழந்து விட்டது. டாக்டர்களுக்கும் மந்திரவாதிகளுக்கும் பணத்தை எல்லாம் செலவு செய்து பார்த்தும் குணமாகவில்லை. கடைசியில் நீங்கள் கூறியபடி கொல்லன் உலை கிட்டம் லேகியம் தயார் செய்து சாப்பிட்டேன். இப்போது முக்கால் வாசி பலன் ஏற்பட்டு உள்ளது. மேலும் உடல் முழுவதும் இருந்த தேமலுக்கும் நீங்கள் கூறியபடி வேப்பிலையுடன் சீரகம் சேர்த்து அரைத்துச் சாப்பிட்டேன். இப்போது அது குணமாகி உடல் நல்ல பளபள என்று இருக்கிறது. இது போல் என் கையும், காலும் நல்லபடி செயல்பட எளிய மருந்தை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.***
>
> **-பி. செல்லையா, ஆலங்குளம்**

இரும்பு பாத்திரத்தில் அல்லது இரும்பு கண்டி எடுத்து அதில் வேண்டிய அளவு தண்ணீர் விட்டு சிறிது சீரகம் போட்டு கொதிக்க வைக்கவும். பிறகு அதை எடுத்து மூடி வைத்துக் கொண்டு தண்ணீர் குடிக்கும் போதெல்லாம் இந்த நீரையே குடிக்கவும். இப்படி குடித்து வந்தால் தங்கள் உடல் தேறி வலுப்பெற்று, கை கால்களும் பூரண குணம் அடையும்.

> ***ஐயா! செங்கற்றாழை எங்கு கிடைக்கும்? எப்படி இருக்கும்? அதன் உபயோகம் யாது? உபயோகிக்கும் முறையையும் அருள்கூர்ந்து தெரிவிக்கவும்.***
>
> **- எஸ்.பி.ராஜா, திருச்சி-1**

செங்கற்றாழை கிடைப்பது அரிது. மட்டைகள் சிகப்பாக இருக்க வேண்டுமென்பதில்லை. மடல்கள் பச்சையாக இருக்கும். ஆனால் அதை ஒடித்தால் ரத்தம் ஒழுகுவது போல் தண்ணீர் கசியும்.

இது ஓர் கற்பம் என்று சாத்திரங்கள் சொல்கின்றன. பிரதி தினமும் இதன் சோற்றை எடுத்து கருப்பட்டி என்னும் பனை வெல்லம் சேர்த்து ஒரு இரும்புக் கரண்டியளவு சாப்பிட்டால் உடலிலுள்ள பல மேக நோய்கள் விலகி மேனி பளபளப்பாக மாறி ஆயுள் பெருகும்.

இந்த கற்றாழை கோவில்பட்டி அருகே குருமலையின் அடிவாரத்தில் நான் பார்த்ததுண்டு. என்னுடைய தோட்டத்தில் லேசாக சிகப்பு நீர் வரும் கற்றாழை உண்டு. அதையே சிகப்பு மண் பூமியில் நட்டு வளர்த்து வந்தால் சிவப்பு நிறம் அதிகமாகிறது. இதன் சாற்றில் அயத்தை உருக்கி ஊற்றினால் அது செம்பு ஆகும் என்று சித்த சாத்திரங்கள் கூறுகின்றன. அந்த செம்பை சம அளவு தங்கத்துடன் சேர்த்து உருக்கி வியாபாரம் செய்யும் ரசவாதிகள் உண்டு என்று கேள்வி.

> ***ஐயா! என் வயது 15. நான் குள்ளமாகவும், பருமனாகவும் இருக்கிறேன். என் பள்ளி தோழிகள் எல்லாம் 'குள்ளச்சி' என்று அழைக்கிறார்கள். எனக்கு சங்கடமாக உள்ளது. இதற்கு ஏதாவது வழி இருந்தால் தெரிவியுங்கள்.***
>
> **- டி.பி.பத்மினி, ...**

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 22 ஆகிறது. எனக்கு வளர்ச்சி குறைவினால் ஏதாவது ஒரு வேலைக்குச் சென்றால் உயரம் இல்லை என்று ஒதுக்கி விடுகிறார்கள். எனவே இதற்கு தகுந்த மருத்துவ உதவி அளிக்கவும்.***
>
> **- பி.ஜெ.பாண்டியன், சென்னை-41.**

வளர்ச்சி என்பது குழந்தைப் பருவத்தில் நல்ல ஊட்டச்சத்தான ஆகாரங்களை குழந்தைகளுக்கு கொடுத்து வருவதைப் பொறுத்துதான்

பெயரும் பாலும் அமைகிறது. சிலர் பரம்பரையினர் எப்படியோ அதுபோல் உயரமாகவோ, குட்டையாகவோ இருப்பார்கள். இருப்பினும் நீங்கள் குறைந்த வயதினராக இருப்பதால் எலும்பு வளர்ச்சி இன்னும் இருக்கும். எனவே உடற்பயிற்சி செய்து வரலாம்.

சுவற்றிலோ, மரத்திலோ கைக்கு எட்டாதபடி சற்று உயரமாக ஒரு குறியிட்டுக் கொண்டு, கைகளை உயர்த்தி குதித்து அதை தொடுவதற்கு முயற்சிக்கவும். தொட்டுவிட்டால் குறியை இன்னும் உயரமாக்கவும். இப்படி தினசரி காலையிலும் மாலையிலும் 15 நிமிடங்கள் (விட்டு விட்டு) செய்து வந்தால் ஓரளவு பலன் கிடைக்கலாம். உடல் பருமனும் குறைந்து கட்டாக இருக்கும்.

> **ஐயா! எனக்கு குடல் புண்ணாக இருந்து கிட்டத்தட்ட ஆறு மாத காலமாக வெறும் மோர் சாதம் சாப்பிட்ட பிறகு ரத்தத்தை சுத்தம் செய்ய வேண்டி மருத்துவர் ஒருவர் அறிவுரைப்படி கந்தக பஸ்பம் சாப்பிட்டேன். முதல் நான்கு வேளைக்கு நல்ல குணம் அளித்தது. 5ம் வேளையும் அதற்கு பின்பு ஒரு மாத இடைவெளியில் விட்டு விட்டுமாக கிட்டத்தட்ட 15 வேளை கந்தக பஸ்பம் சாப்பிட்டேன். 8ம் வேளையும் அதற்கு பின்பும் மருந்து சாப்பிட்ட கொஞ்ச நேரத்தில் உடம்புக்குள் ரத்தத்தில் கோளாறு ஆகி அரிப்பு ஏற்படுகிறது. இதை போக்க உதவி செய்யுங்கள்.**
>
> **– அ. கோவிந்தராசன், தொட்டியம்**

கெந்தகம் உயிருக்கு ஒரு ஆபத்தும் உண்டாக்காது. அருகம்புல் ஒரு கைப்பிடி, வெள்ளை மிளகு 18 (எண்ணிக்கையில்) இந்த இரண்டையும் சேர்த்து பசும்பால் விட்டரைத்து லேசாக சுட வைத்து தலையில் தேய்த்து ஒ ரு மணி நேரம் ஊறிய பிறகு வெந்நீரில் குளிக்கவும்.

இப்படி வாரத்துக்கு 2 நாட்கள் செய்யவும். உடலில் ஏதாவது விஷ சத்து இருந்தாலும் விடுபட்டு அரிப்பு முதலியன உண்டாகாது.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 17 தான் ஆகிறது. எப்போதாவது ஆவேசமாகப் பேசினால் உடம்பு நடுங்குகிறது. தவிர ஏதாவது சாப்பாட்டில் காரம் சேர்த்துக் கொள்ளும்போது கண்களிலும், மூக்கிலும் நீர் வடிகிறது. இதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்.**
>
> **–பெருமாள், திரு.வி.க. நகர், வன்னியர் தேனாம்பேட்டை**

அப்பனே உனக்கு வயது 17தானே ஆகிறது? இந்த வயதிலேயே ஆவேசமாகப் பேச வேண்டிய நிமித்தம் ஏன் வருகிறது. பொறுமை கடலினும் பெரிது என பெரியோர் கூறுவார்கள். அமைதியான

வாழ்க்கையை நடத்த தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். கண்ட கண்ட பத்திரிகைகளை படிப்பதை நிறுத்திக் கொள். பொதுவாக உடம்பு பலவீனமாக இருக்கும் என புரிகிறது.

அசுவகந்தி என்னும் லேகியம் ஆயுர்வேத சித்த வைத்தியர்களிடம் கிடைக்கும். இதை வாங்கி நாலைந்து புட்டிகள் சாப்பிடவும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 22 ஆகிறது. முன்பு நான் உடற்பயிற்சி செய்து கொண்டு இருக்கும்போது உடல் நன்கு அழகாக இருக்கும். இப்போது உடற்பயிற்சி செய்வதை விட்டுவிட்டேன். உடல் அமைப்பு சரியாக இருக்கும். ஆனால் முகம் சோர்வாக இருக்கிறது. மலம் சரியாக வருவதில்லை. ஆசனத்தில் எரிச்சல் வருகிறது. மூச்சு சரியாக விட முடியவில்லை. சளிப்பிடித்து இருக்கிறது. அடிக்கடி ஜலதோஷம் வருகிறது. இதற்கு தக்க மருந்து கூறுங்கள்.**
>
> **– எஸ். அமுதா பாஸ்கர், சென்னை-4**

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, தாளிசபத்திரி, சித்தரத்தை இந்த ஐந்தும் நாட்டு மருந்து கடைகளில் கிடைக்கும்.

ஒவ்வொன்றிலும் 20 கிராம் வாங்கவும். சுக்கு தவிர மற்ற சரக்குகளை தனித்தனியாக மண் சட்டியில் விட்டு வறுக்கவும். வாசனை வரும் சமயம் இறக்கி எல்லா சரக்குகளையும் ஒன்று சேர்த்து இடித்து சல்லடையில் சலித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டியளவு காலை மாலை பனை வெல்லத்துடன் பிசைந்து சாப்பிடவும்.

சளி, இருமல், மூச்சடைப்பு முதலியவை தீரும். உடல் சோர்வும் இருக்காது.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 19. நான் மிகவும் ஒல்லியாக இருப்பேன். மற்ற ஆண்களின் தோற்றத்தைப் பார்க்கும் போது நமக்கு இப்படி உடம்பு இல்லையே என்று மனம் வேதனையாக இருக்கிறது. நான் சாதாரண வேலை செய்தால் கூட மூச்சு வாங்குகிறது. ஆகவே தாங்கள் இதற்கு மருந்து தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.**
>
> **– அன்பழகன், அதிராம்பட்டினம்**

இதுவும் உடல் வெப்பத்தால் ஏற்படும் கோளாறுதான். அதனால் தான் உடலில் சதைப்பிடிப்பு இல்லாமல் பலகீனமாக இருக்கிறீர்கள்.

பூமி சர்க்கரை கிழங்கு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, அமுக்கிரான் கிழங்கு இந்த மூன்றும் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். ஒவ்வொன்றிலும் 200 கிராம் வாங்கவும். அவற்றை நன்றாக இடித்து தூள் செய்து சலித்து அதன் அளவுக்கு சமமாக கற்கண்டு தூள் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் காலையிலும், மாலையிலும் சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் உஷ்ணம் குறைந்து விந்து பெருகும். உடலில் தெம்பும் மன உற்சாகமும் ஏற்படும். இதை சாப்பிடும் காலத்தில் பெண் உறவு வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது.

விந்துவை பல வகைகளில் நாசம் செய்துவிட்டு நூற்றுக்கணக்கான கடிதங்களை எழுதிக் கொண்டிருக்கும் இளைஞர்களும், சிறுவர் களும் இனிமேல் அந்த பழக்கங்களை விட்டுவிட்டு இந்த மருந்தை உபயோகித்தால் நல்ல பலன் காணலாம்.

எனக்கு வரும் கடிதங்களில் பாதிக்கு மேல் இப்படிப்பட்ட இளைஞர் களிடம் இருந்தே வருவது மிகவும் வருந்தத்தக்கதாக உள்ளது. அத்தகைய இளைஞர்கள் மனக் கட்டுப்பாட்டுடன் தங்கள் சக்தியை படிப்பதிலோ, விளையாட்டுத் துறையிலோ செலுத்த வேண்டும். பாலுணர்வைத் தூண்டும் பல்வேறு புத்தகங்களையும், புகைப்படங்களையும் பார்த்து தங்கள் இளமையை வீணடித்து விட்டு பிறகு வருந்திப் பயன் இல்லை. இனிமேலாவது அத்தகைய கெட்ட பழக்கம் உள்ளவர்கள் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும்.

ஐயா! என் மகனுக்கு வயது 8. கடந்த 2 வருடங்களாக மாதம் 2 அல்லது 3 முறை மாலை வேளையில் தலைவலி வருகிறது. தலைவலி வந்து 5 நிமிடத்தில் வாந்தி ஏற்படுகிறது. வாந்தி வந்ததும் தலைவலி நின்று விடுகிறது. இருந்தாலும் இரவு முழுவதும் மயக்கமான நிலையில் இருக்கிறான். நான் ஒரு தொடக்கப்பள்ளி ஆசிரியர். பொருளாதார வசதி இல்லை. பையன் நாளுக்குநாள் மெலிந்து வருகிறான். அவன் நோய்க்கு நீங்கள் தகுந்த மருந்து தெரிவித்து அருள் புரிய வேண்டிக் கொள்கிறேன்.

- ம.சிவசுப்பிரமணியன், மாயனூர்

ஐயா! எனக்கு வயது 18. கடந்த 2 வருடங்களாக தூங்கும் போது உமிழ்நீர் வடிந்து தலையணை நனைவதோடு, முகம் எல்லாம் வழிகிறது. காலையில் எழுந்ததும் முகம், வாய் எல்லாம் ஒரே நாற்றம் அடிக்கிறது. இதைத் தடுக்க உங்கள் மருத்துவ ஆலோசனை நாடுகிறேன்.

- எஸ்.முகமது அலி ஜின்னா, பட்டுக்கோட்டை

சுக்கு 18 கிராம், சீரகம் 10 கிராம், அக்கிரகாரம் 10 கிராம் எடுத்துக் கொள்ளவும். சுக்கு தோலை அகற்றி விடவும். பிறகு இடித்து தூள் செய்யவும். சீரகத்தை லேசாக வறுக்கவும். அக்கிரகாரம் என்பது குச்சு போல இருக்கும். அதை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து சட்டியில் போட்டு வறுக்கவும்.

புகை கிளம்பும்போது இறக்கி, சீரகத்தையும் அக்கிரகாரத்தையும் சேர்த்து சூரணம் செய்து அதனுடன் சுக்குத் தூள் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

எலுமிச்சம் பழத்தின் சாறு 200 மில்லி எடுத்து அதனுடன் சர்க்கரை 100 கிராம் சேர்த்து கலக்கி அடுப்பேற்றி காய்ச்சவும். லேசாக பாகு வரும்போது மேற்சொன்ன சூரணத்தை போட்டு கிளறினால் லேகிய பதத்தில் வரும். அதை பத்திரப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டு ஒரு கோலி அளவு காலையிலும் மாலையிலும் உள்ளுக்கு மென்று சாப்பிட வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு வலது விலாவிலும் முதுகிலும் நீண்ட நாட்களாக வலி ஏற்பட்டு தொல்லை கொடுக்கிறது. வலி வரும் முன்னதாக வயிற்றுப் புரட்டல் ஏற்படுகிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்ததில் கல்லீரலின் கீழ் உள்ள பித்தப் பையில் நிறைய கற்கள் இருப்பதாகவும் ஆபரேசன் செய்ய வேண்டும் என்றும் டாக்டர் கூறுகிறார். எனக்கு 2 தடவை சிசேரியன் ஆபரேசன் நடந்துள்ளது. இப்போது கைக்குழந்தைக்கு தாய்ப்பால் கொடுத்து வருகிறேன். உடலில் ரத்தமும் இல்லை. எனவே ஆபரேசன் செய்யாமல் இந்த கற்களை அகற்ற சித்த மருத்துவ முறையில் வழி தெரிவியுங்கள்.

- எம். ஷகீலா பேகம், தஞ்சாவூர்

புலால் சாப்பிடுபவர்கள் இவ்வித கற்கள் பித்தப்பையில் உண் டாவது இயற்கை. கற்கள் என்பது ஒருவித கொழுப்புப் பசை. அப்பசை ஒன்றொடொன்று இணைந்து கற்களாகின்றன.

வெங்காரம் என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 20 கிராம் வாங்கி ஒரு மண் சட்டியில் போட்டு அடுப்பேற்றி எரித்தால் அது உருகி கொஞ்ச நேரத்தில் முட்டைபோல் பூத்துப் போகும். அதில் அரை கிராம் எடுத்து அரை தம்ளர் தண்ணீரில் கலக்கவும்.

கல் நண்டு என்னும் ஒருவித புரதச்சத்து நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 10 கிராம் வாங்கவும். வெங்காரம் கரைத்த நீரில் 10 சொட்டுகள் சந்தனக் கல்லில் விட்டு கல் நண்டு ஒரு குண்டுமணி அளவு அதில் உரைத்து அதை மீதியுள்ள வெங்கார தண்ணீரில் கலந்து

சாப்பிடவும். காலையிலும் மாலையிலும் 40 நாட்கள் இப்படி சாப்பிடவும். கற்கள் கரையும். புலால் சாப்பிடாதீர்கள்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 20. கடந்த 2 வருடங்களாக நெஞ்சவலி வருகிறது. மூன்று நான்கு நாட்களுக்கு ஒருமுறை நெஞ்சுவலி அதிகமாகிக் கொண்டே வருகிறது. உடம்பு பலகீனமாக உள்ளது. ஆங்கில மருந்துகள் சாப்பிட வசதி இல்லை. எனவே தாங்கள் எனக்கு உதவி செய்ய வேண்டும் என்று கேட்டுக் கொள்கிறேன்.**
>
> **- ஆர்.மூர்த்தி, சென்னை-5**

> **ஐயா! என் மகனுக்கு வயது 16. அவன் போதிய வளர்ச்சி இல்லாமல் குட்டையாக உள்ளான். 2 வருடங்களாகவே அவன் 4.5 அடி உயரம்தான் இருக்கிறான். அவனுடைய உடல் நல்ல வளர்ச்சி அடைந்து திடகாத்திரமாக இருப்பதற்கு தாங்கள் ஆலோசனை கூறவும்.**
>
> **- கே.கோலப்பன், வடசேரி**

உடல் பலம் குறைந்தாலும் வயிற்றில் வாயு சேர்ந்தாலும் நெஞ்சு வலி வரும். அசுவகந்தி என்னும் அமுக்கிராக்கிழங்கு, நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கி நன்றாக இடித்து சூரணமாக்கவும். அதன் அளவுக்கு பனங்கற்கண்டு தூள் செய்து கலந்து, புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். காலை மாலை இதில் ஒரு தேக்கரண்டி சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் தேறும். நரம்புகள் வலுவடையும். பசி எடுக்கும். வாசகர் கே.கோலப்பன், வடசேரி மேற்சொன்ன மருந்தைத் தங்கள் மகனுக்கு கொடுக்கவும். நல்ல பலனைத் தரும்.

> **ஐயா! எனக்கு வயது 19. என் உயரம் 4 அடி 3 அங்குலம். என் குடும்பத்தினர் அனைவரும் வயதுக்கு ஏற்ற நல்ல உயரம் உள்ளவர்கள். எனக்கு மட்டும் இந்த நிலை. நான் உயரமாக வளர மருந்து தெரிவிக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.**
>
> **- இரா.கோபாலநாதன், புதுக்கோட்டை**

'கள்ளனை நம்பினாலும் நம்பலாம்! இந்தக் குள்ளனை நம்பக் கூடாது' என்று ஒரு பழமொழி உண்டு.

குள்ளமாயிருப்பது ஒரு குறையன்று. ஜப்பான், சீனா நாட்டு மக்கள் குள்ளர்கள்தான். அவர்களைப் பார்த்து அமெரிக்க மக்கள் கூட பயப்படுகின்றனர். தொழில்நுட்பத்தில் விஞ்ஞானத்தில் சீனா, ஜப்பான் காரர்களை தோற்கடிக்க முடியாது. காரணம் சாதாரணமாய் சூட்சும புத்தியுடையவர்கள்.

அகத்திய மாமுனிவர் கட்டைவிரல் உயரம் என்று சொல்வர். அவர் ஏழு கடலையும் குடித்து விட்டாராம். பார்வதி பரமேசுவரனுக்கு திருமணமாகும்போது எல்லா மக்களும் வடக்கு மண்டலத்துக்குப் போய்விட்டதால், இப் பூ மண்டலம் வடக்கில் தாழ ஆரம்பித்ததாம்.

அகத்தியர் தென்னாட்டிலிருந்து விரைந்தோடி பொதிகை மலையில் ஏறி நின்றாராம். அண்டமென்ற பூமி சமமாய் நின்றதாம்.

பார்த்தீர்களா? இந்தக் குள்ளன் செய்த வேலையை? சரீர பலத்தினாலா, செய்தார் இல்லை. சரீர பலம் ஒரு நோயால் ஒடுங்கி விடும். ஆத்ம பலத்தால் செய்தார். கதையென்று வைத்துக் கொண்டாலும் இதனால் ஒரு உண்மை விளங்குகிறதல்லவா?

குள்ளம், உயரம் என்பது முக்கியமல்ல. புத்தி, ஒழுக்கம் ஆகியவை உயரமான மனிதர்களையும் விட உயர்ந்தவை.

ஆகவே நீங்கள் கவலைப்படாதீர்கள். உங்களை நீட்டி விடுகிறேனென்று எவராவது சொன்னாலும் நம்பாதீர்கள்.

ஒரு குடும்பத்தில் 4 பேர் பிறந்தால் மூவர் உயரமாகவும் ஒருவர் குள்ளமாகவும் பிறப்பது இயற்கை. பெற்றோர் உயரமாக இருக்கலாம். ஆனால் பாட்டன், பாட்டி யாராவது ஒருவர் குள்ளமாக இருந்தால் பேரன் குள்ளமாய் பிறப்பது உண்டு.

ஆகவே இது இயற்கை மருந்துகளினால் ஆகக் கூடியதல்ல.

> **ஐயா! என் வயது 24. இன்னும் திருமணம் ஆகவில்லை. சில நாட்களாக பெரிய சத்தத்துடன் கூடிய ஏப்பம் வருகிறது. அந்த ஏப்பத்தை நிறுத்துவதற்கு தாங்கள்தான் தயவு கூர்ந்து ஒருவழி சொல்ல வேண்டும்.**
>
> **- கே.பாலு, பல்லாவரம்**

அடிக்கடி ஏப்பம் வருவது பித்தப் பையில் கோளாறு, அல்லது கல்லீரல் கோளாறினால் உண்டாகும். அடிக்கடி, காபி, டீ முதலியன சாப்பிடக் கூடாது. சிலருக்கு மலக் கோளாறினால் ஏப்பம் வரும். அப்படிப்பட்ட ஏப்பத்தை மருந்தினால் குணப்படுத்த முடியாது.

உடலில் எந்த இடத்திலாவது அழுத்தினால் உடனே ஏப்பம் விடுவார்கள். இப்படிப்பட்ட ஏப்பம் பெண்களுக்கு அதிகமாக உண்டு. சித்தப்பிரமை என்றும் ஹிஸ்டீரியா நோய் உள்ளவர்களுக்கும் இப்படிப்பட்ட ஏப்பம் வருவது உண்டு. மனக் கவலை, பயம் முதலியன உண்டானாலும் இப்படிப்பட்ட ஏப்பம் தொடரும்.

தங்களுக்கு கல்லீரல், அல்லது பித்தப்பை கோளாறு இருப்பதை நினைத்து கீழ்க்கண்ட மருந்தை எழுதுகிறேன். அதன்படி சாப்பிட்டு வரவும்.

தோல் எடுத்த இஞ்சி 5 கிராம், ஒரு எலுமிச்சம்பழச் சாறு, தேன் ஒரு தேக்கரண்டி. இஞ்சியை தண்ணீர் விட்டு அரைத்து 2 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கலக்கி தெளிவு நீர் மட்டும் எடுத்துக் கொண்டு மேற்படி பழச் சாற்றையும், தேனையும் கூட்டி காலை வெறும் வயிற்றில் ஒருமுறை, மாலை 5 மணிக்கு ஒருமுறையாக இப்படி தொடர்ந்து 20 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

இதை சாப்பிடும் காலத்தில் நீரில் எரிச்சல் உண்டானால் இஞ்சி அளவை பாதியாகக் குறைத்துக் கொள்ளவும்.

ஐயா! எனக்கு சில மாதங்களாக ஏப்பம் அடிக்கடி தொடர்கிறது. ஏப்பத்தைத் தொடர்ந்து விக்கல் ஏற்பட்டு ஒரு மணி நேரம் வரை நீடிக்கிறது. அதனால் நெஞ்சு வலி வந்துவிடுகிறது. அதிகமாக வலிக்கும்போது மாத்திரைகள் சாப்பிடுகிறேன். மலச்சிக்கலும் உள்ளது. இதனை குணப்படுத்த தங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- சி.ஆர். லட்சுமி, தஞ்சை

மலச்சிக்கலுக்கு பிஞ்சு கடுக்காய் 100 கிராம் வாங்கி விளக்கெண்ணெய் விட்டு லேசாக வறுத்து இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இரவில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வாயில் போட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும். தினசரி சாப்பிடலாம்.

விக்கல் தொடர்ந்து அல்லது அடிக்கடி வந்தால் சுத்தமான அசல் குங்குமப்பூ வாங்கி லேசாக வறுத்து, தூள் செய்து தேனில் கலக்கி சாப்பிட 2 வேளைகளில் குணமாகும். குங்குமப்பூ வாங்க வசதி இல்லாதவர்கள் பழைய செருப்புத் தோலை எடுத்து சுட்டு கரியாக்கவும். அதை தூள் செய்து ஒரு சிட்டிகை எடுத்து தேனில் கலந்து சாப்பிட்டால் ஒரே வேளையில் சரியாகும்.

ஐயா! என் மனைவிக்கு அடிக்கடி விக்கல் வருகிறது. ஒரு வருடமாக இப்படி இருக்கிறது. எல்லா வைத்தியமும் பார்த்தாகி விட்டது. நிற்கவில்லை. உங்கள் ஆலோசனையை தெரிவித்தால் நன்றி உள்ளவனாக இருப்பேன்!

- ஆர்.சண்முகம், கரூர்

விக்கல் வருவது கல்லீரல் சம்பந்தப்பட்ட நோயாகும். வாயில் நீர் சுரப்பது குறையும்போது விக்கல் வரக் கூடும். உமிழ் நீர் சுரக்கும்படி மருந்து சாப்பிடுவது நல்லது.

இஞ்சி சாறு, எலுமிச்சம் பழச் சாறு 2 அவுன்ஸ் வீதம் எடுத்து லேசாக சுட வைக்கவும். அதில் 2 அவுன்ஸ் தேன் விட்டு காலை, பகல், மாலை 3 வேளைகளும் ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிடவும். இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் விக்கல் வராது.

தொடர்ந்து விக்கல் இருந்தால் கீழ்க்கண்ட மருந்தை சாப்பிட்டால் சில வினாடிகளிலேயே விக்கல் நின்று விடும்.

தோலினால் செய்த பழைய செருப்பு இருந்தால் அந்த தோலை சுட்டு கரியாக்கி பொடி செய்து கொள்ளவும். அதில் அரை தேக்கரண்டி எடுத்து தேன் விட்டு கலக்கி சாப்பிடவும். இது உலகத்திலேயே சிறந்த மருந்தாகும்.

மேல்நாட்டுக்காரர்களுக்குத் தெரிந்தால் செருப்புப் பொடியை மாத்திரைகளாகச் செய்து கோடிக் கணக்கில் சம்பாதிப்பார்கள். நம் டாக்டர்கள் செய்ய மாட்டார்கள். இப்படிப்பட்ட ரகசிய மருந்துகளை வெளியில் சொல்லாததற்குக் காரணம் மேல்நாட்டுக்காரர்கள் சம்பாதித்து விடுவார்கள் என்பதால்தான்.

செருப்புப் பொடியை தயாரித்து வைத்துக் கொண்டு அடிக்கடி உபயோகிக்கலாம். அதனால் ஒன்றும் பாதகம் இல்லை. இதை பலருக்கு நான் கொடுத்து பலன் அடைந்துள்ளனர்.

ஐயா! எங்கள் குடும்பத்தில் பரம்பரையாக ஒரு வியாதி உள்ளது. தொடைகளுக்கு இடையில் தொட்டுப் பார்த்தால் கோலி மாதிரி உள்ளது. இது அவ்வப்போது வீங்கி விடுகிறது. சிறிது சிறிதாக சிறுநீர் பகுதிக்கு வீக்கம் ஏற்பட்டு மிகவும் சிரமமாக உள்ளது. அந்தச் சமயத்தில் காய்ச்சலும் வருகிறது. எங்கள் குடும்பத்தில் அனைவருக்கும் இடது பக்கத்தில் இதுபோல் உள்ளது. இதைத் தீர்க்க தாங்கள் உரிய மருந்தை சொல்லவும். குடும்ப நலனை கருதி விலாசம் எழுத முடியவில்லை.

-.... காஞ்சிபுரம்

விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர், தண்ணீர் தெளித்து இடித்த வெள்ளைப் பூண்டு சாறு கால் லிட்டர், பொறித்த பெருங்காயம் 10 கிராம், தூள் செய்த இந்துப்பு 20 கிராம் இவைகளை எல்லாம் விளக்கெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும். தைலப் பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இரவு படுக்கும் நேரத்தில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீர் விட்டு சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. நான் குள்ளமாகவும், தடியாகவும் இருக்கிறேன். உடலில் கெட்ட நீர், பித்த நீர், ஓடு வாயு நிறைய

தங்களுக்கு கல்லீரல், அல்லது பித்தப்பை கோளாறு இருப்பதை நினைத்து கீழ்க்கண்ட மருந்தை எழுதுகிறேன். அதன்படிசாப்பிட்டு வரவும்.

தோல் எடுத்த இஞ்சி 5 கிராம், ஒரு எலுமிச்சம்பழச் சாறு, தேன் ஒரு தேக்கரண்டி. இஞ்சியை தண்ணீர் விட்டு அரைத்து 2 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கலக்கி தெளிவு நீர் மட்டும் எடுத்துக் கொண்டு மேற்படி பழச் சாற்றையும், தேனையும் கூட்டி காலை வெறும் வயிற்றில் ஒருமுறை, மாலை 6 மணிக்கு ஒருமுறையாக இப்படி தொடர்ந்து 20 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

இதை சாப்பிடும் காலத்தில் நீரில் எரிச்சல் உண்டானால் இஞ்சி அளவை பாதியாகக் குறைத்துக் கொள்ளவும்.

> ***ஐயா! எனக்கு சில மாதங்களாக ஏப்பம் அடிக்கடி தொடர்கிறது. ஏப்பத்தைத் தொடர்ந்து விக்கல் ஏற்பட்டு ஒரு மணி நேரம் வரை நீடிக்கிறது. அதனால் நெஞ்சு வலி வந்துவிடுகிறது. அதிகமாக வலிக்கும்போது மாத்திரைகள் சாப்பிடுகிறேன். மலச்சிக்கலும் உள்ளது. இதனை குணப்படுத்த தங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறேன்.***
>
> ***- சி.ஆர். லட்சுமி, தஞ்சை***

மலச்சிக்கலுக்கு பிஞ்சு கடுக்காய் 100 கிராம் வாங்கி விளக்கெண்ணெய் விட்டு லேசாக வறுத்து இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இரவில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு வாயில் போட்டு வெந்நீர் சாப்பிடவும். தினசரி சாப்பிடலாம்.

விக்கல் தொடர்ந்து அல்லது அடிக்கடி வந்தால் சுத்தமான அசல் குங்குமப்பூ வாங்கி லேசாக வறுத்து, தூள் செய்து தேனில் கலக்கி சாப்பிட 2 வேளைகளில் குணமாகும். குங்குமப்பூ வாங்க வசதி இல்லாதவர்கள் பழைய செருப்புத் தோலை எடுத்து சுட்டு கரியாக்கவும். அதை தூள் செய்து ஒரு சிட்டிகை எடுத்து தேனில் கலந்து சாப்பிட்டால் ஒரே வேளையில் சரியாகும்.

> ***ஐயா! என் மனைவிக்கு அடிக்கடி விக்கல் வருகிறது. ஒரு வருடமாக இப்படி இருக்கிறது. எல்லா வைத்தியமும் பார்த்தாகி விட்டது. நிற்கவில்லை. உங்கள் ஆலோசனையை தெரிவித்தால் நன்றி உள்ளவனாக இருப்பேன்!***
>
> ***- ஆர்.சண்முகம், கரூர்***

விக்கல் வருவது கல்லீரல் சம்பந்தப்பட்ட நோயாகும். வாயில் நீர் சுரப்பது குறையும்போது விக்கல் வரக் கூடும். உமிழ் நீர் சுரக்கும்படி மருந்து சாப்பிடுவது நல்லது.

இஞ்சி சாறு, எலுமிச்சம் பழச் சாறு 2 அவுன்ஸ் வீதம் எடுத்து லேசாக சூடு வைக்கவும். அதில் 2 அவுன்ஸ் தேன் விட்டு காலை, பகல், மாலை 3 வேளைகளும் ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் சாப்பிடவும். இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் விக்கல் வராது.

தொடர்ந்து விக்கல் இருந்தால் கீழ்க்கண்ட மருந்தை சாப்பிட்டால் சில வினாடிகளிலேயே விக்கல் நின்று விடும்.

தோலினால் செய்த பழைய செருப்பு இருந்தால் அந்த தோலை சுட்டு கரியாக்கி பொடி செய்து கொள்ளவும். அதில் அரை தேக்கரண்டி எடுத்து தேன் விட்டு கலக்கி சாப்பிடவும். இது உலகத்திலேயே சிறந்த மருந்தாகும்.

மேல்நாட்டுக்காரர்களுக்குத் தெரிந்தால் செருப்புப் பொடியை மாத்திரைகளாகச் செய்து கோடிக் கணக்கில் சம்பாதிப்பார்கள். நம் டாக்டர்கள் செய்ய மாட்டார்கள். இப்படிப்பட்ட ரகசிய மருந்துகளை வெளியில் சொல்லாததற்குக் காரணம் மேல்நாட்டுக்காரர்கள் சம்பாதித்து விடுவார்கள் என்பதால்தான்.

செருப்புப் பொடியை தயாரித்து வைத்துக் கொண்டு அடிக்கடி உபயோகிக்கலாம். அதனால் ஒன்றும் பாதகம் இல்லை. இதை பலருக்கு நான் கொடுத்து பலன் அடைந்துள்ளனர்.

> ***ஐயா! எங்கள் குடும்பத்தில் பரம்பரையாக ஒரு வியாதி உள்ளது. தொடைகளுக்கு இடையில் தொட்டுப் பார்த்தால் கோலி மாதிரி உள்ளது. இது அவ்வப்போது வீங்கி விடுகிறது. சிறிது சிறிதாக சிறுநீர் பகுதிக்கு வீக்கம் ஏற்பட்டு மிகவும் சிரமமாக உள்ளது. அந்தச் சமயத்தில் காய்ச்சலும் வருகிறது. எங்கள் குடும்பத்தில் அனைவருக்கும் இடது பக்கத்தில் இதுபோல் உள்ளது. இதைத் தீர்க்க தாங்கள் உரிய மருந்தை சொல்லவும். குடும்ப நலனை கருதி விலாசம் எழுத முடியவில்லை.***
>
> ***-.... காஞ்சிபுரம்***

விளக்கெண்ணெய் அரை லிட்டர், தண்ணீர் தெளித்து இடித்த வெள்ளைப் பூண்டு சாறு கால் லிட்டர், பொறித்த பெருங்காயம் 10 கிராம், தூள் செய்த இந்துப்பு 20 கிராம் இவைகளை எல்லாம் விளக்கெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும். தைலப் பதத்தில் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இரவு படுக்கும் நேரத்தில் ஒரு தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீர் விட்டு சாப்பிடவும்.

> ***ஐயா! எனக்கு வயது 20. நான் குள்ளமாகவும், தடியாகவும் இருக்கிறேன். உடலில் கெட்ட நீர், பித்த நீர், ஒடு வாயு நிறைய***

உள்ளன. சில நேரத்தில் கை உதறல் எடுக்கிறது. இதற்கு நல்ல மருந்து இருந்தால் கூறவும்.

- க.வடிவேலு, இரட்டை மண்டபம்

மேலே சொன்ன கேள்விக்கான மருந்தையே தாங்களும் தயாரித்துச் சாப்பிடவும்.

இரவு படுக்கும்போது ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் வெந்நீரில் விட்டு சாப்பிடவும். பேதி அதிகமானால் அளவை குறைக்கவும். இதனால் வயிற்றில் உள்ள கெட்ட வாயு அகன்று உடல் சுத்தமாகும்.

ஐயா! எனக்கு 6 மாத காலமாக இரவில் காதில் அரிப்பு ஏற்படுகிறது. சில சமயங்களில் யாராவது மெதுவாக பேசினால் காதில் விழுவதில்லை. டாக்டரிடம் காட்டினேன். அவர் நரம்பு தளர்ச்சி என்று சொல்லி விட்டார். அதற்கு 7 ஊசிகள் போட வேண்டும் என்றும் ஒரு ஊசிக்கு 10 ரூபாய் என்றும் காதுக்கு மருந்து 50 ரூபாய் ஆகும் என்றும் சொன்னார். நான் ஒரு ஊசிதான் போட்டேன். மேற்கொண்டு ஊசி போட பண வசதியில்லை. அதனால், தங்களுக்கு எழுதி இருக்கிறேன். இதற்கு மருந்து இருந்தால் சொல்லவும்.

- என். சண்முகம், திருச்சி

ஐயா! எனக்கு வயது 22 ஆகிறது. சிறுநீர் கழிக்கும்போது எரிச்சல் ஏற்படுகிறது. மேலும் நான் ஒல்லியாக இருக்கிறேன். உடம்பில் சதை பிடிக்கவும் சிறந்த நாட்டு மருந்தை தயவு செய்து உடனடியாக தெரிவிக்கவும்.

- ஏ.ஏ.சாமி, மணவை

ஐயா! எனக்கு வயது 22. நீண்டதூரம் சைக்கிளில் சென்றால் மூச்சு வாங்குகிறது. கை கால் அசதியாக உள்ளது. உடல் இளைத்து கன்னம் ஒட்டியும் உள்ளது. பீடி, சிகரெட் குடிப்பேன். சுய இன்பத்தால் எனது ஆசையை தீர்த்துக் கொள்வேன். ஆனால் தற்போது அந்த தவறுகளையும் விட்டுவிட்டேன். ஆகவே என் உடம்பு தேற நீங்கள் தான் உதவ வேண்டும்.

- கே.ஆர். தாமோதரன், வெங்கமேடு, கரூர்

தங்கள் உடம்பில் பித்தம் மிகுதியாக இருப்பதால் இவ்வித நோய்கள் தோன்றுகிறது. மலம் சுத்தமாக கழிய வேண்டும்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடல் எடுத்து மேல் தோலை நீக்கி உள்ளே இருக்கும் சோற்றை தண்ணீரில் நன்றாக கழுவி 200 கிராம் அளவு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

அதைத் துண்டு துண்டாக வெட்டி ஒரு பாத்திரத்தில் போடவும். அதனுடன் கடுக்காய் தோல் 25 கிராம் வாங்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்துப் போட்டு வைக்கவும். ஒரு மணி நேரம் கழித்து எடுத்து பிழிந்தால் தண்ணீராக வரும். அந்த தண்ணீருடன் ஒரு தேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் விட்டு சாப்பிடவும்.

அதை சாப்பிடும் அன்று வெறும் நொய் கஞ்சி உப்பு இல்லாமல் சாப்பிட வேண்டும். நான்கு ஐந்து தடவை பேதியாகும். இந்த ஒரு மருந்திலேயே குணம் கிடைக்கும்.

மறு நாளில் இருந்து கடுக்காய் தோல் ஒரு துண்டு எடுத்து மாலை 6 மணிக்கு வாயில் அடக்கிக் கொண்டு உமிழ்நீரை விழுங்கவும். இப்படி தினம் செய்து வந்தால் குணமடையும்.

கே.ஆர்.தாமோதரன் என்பவர் ஏதோ ஒரு இன்பத்தால் ஆசையை தீர்த்துக் கொள்வேன் என்றும் இப்போது அதை நிறுத்தி விட்டேன் என்றும் கூறி இருக்கிறீர்கள். மறுபடியும் அந்த பழக்கத்தை தொடங்காமல் விட்டுவிட்டால் உங்கள் உடல் கடைந்தேறும்.

நிலப்பனங்கிழங்கு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, பூமி சர்க்கரை கிழங்கு இந்த மூன்றையும் நாட்டு மருந்துக் கடையில் 100 கிராம் வாங்கி வந்து இடித்து நன்றாக பொடி செய்து கொள்ளவும்.

அதனுடன் 100 கிராம் கற்கண்டு தூள் சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை அரைத் தேக்கரண்டி வீதம் எடுத்து நெய் விட்டு குழப்பி சாப்பிடவும்.

இரண்டு மூன்று மாதங்கள் இப்படி சாப்பிட்டு வந்தால் உடலில் சதை பிடித்து பலம் ஏற்படும்.

ஐயா! நான் பள்ளியில் படித்துக் கொண்டு இருக்கிறேன். எனக்கு வெள்ளைத்தாளை கையில் தொட்டாலும், திகர் பயம் எதுவும் ஏற்பட்டாலும் உடனே என் வியர்த்து கொட்டுகிறது. காலும் வியர்க்கிறது. இதனால் என் படிப்பு பாதிக்கிறது. டாக்டர்களிடம் கேட்டபோது வியர்ப்பது நல்லது. இதனால் உடம்புக்கு ஒன்றும் ஏற்படாது என கூறினார்கள். தாங்கள் இதுபற்றி என்ன கூறுகிறீர்கள்?

-ஆர். இளங்கோ, அதிரை

உலர்ந்த திராட்சை, வெள்ளைநிற பனை வெல்லம் ஆகியவைகளில் திராட்சை 3 மடங்கும் பனை வெல்லம் 6 மடங்கும் வாங்கி இரண்டையும் சேர்த்து இடிக்கவும். லேகிய பதத்தில் வரும்போது அதனுடன் தேன் அல்லது நெய் 500 கிராம் அளவு கலந்து ஒரு பாட்டிலில் வைத்துக் கொள்ளவும். தினசரி காலையிலும், மாலையிலும் சாப்பிடுவதற்கு முன்பு

பெரிய நெல்லிக்காய் அளவுக்கு இந்த லேகியத்தில் எடுத்து சாப்பிட்டால் உங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! என் வயது 20. சுமார் நான்கைந்து வருடங்களாக என் உடல் முழுவதும் எப்போதும் வியர்த்துக் கொட்டுகிறது. எழுதவோ மற்ற வேலைகள் செய்யவோ மிகவும் சிரமமாக உள்ளது. எனவே இந்த குறையைப் போக்க தங்கள் ஆலோசனையை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- ஆர். கண்ணன், குத்தாலம்

கரிசாலை என்னும் கரிசலாங்கண்ணி நஞ்சை வரப்புகளிலும், புஞ்சை நாடுகளிலும் கிடைக்கும். புஞ்சை நிலத்தில் உள்ள கரிசலாங்கண்ணி செடி கிடைத்தால் நல்லது. அந்த செடிகளை வேருடன் பிடுங்கி வந்து நிழலில் உலர்த்தவும். பிறகு இடித்து சூரணமாக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் காலை, மாலை அரை தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து தேனில் குழப்பி சாப்பிட்டு வந்தால் வேர்வை கொட்டுவது நின்று உடல் தேறும். இரும்புச் சத்து குறையும் போது இப்படி வேர்வை வரும். கரிசாலையில் இரும்புச் சத்து அதிகம்.

ஐயா! எனக்கு வயது 54. இடது புட்டத்தில் கட்டி வந்து உடைந்து 3 மாதம் ஆகிறது. ஆனால் புண் ஆறாமல் சீழ் வந்து கொண்டிருக்கிறது. எத்தனையோ மருந்து உபயோகித்தும் பலன் இல்லை. கடைசியில் உங்களை நாடி இருக்கிறேன். என் வாழ்நாளில் இதுபோன்ற நோயை கண்டதில்லை. இந்த புண்ணுக்கு தக்க மருந்து தெரிவிக்க பணிவுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கே. பாலகிருஷ்ணன், பாண்டிச்சேரி-3

சாதாரணமாக சர்க்கரை வியாதி உள்ளவர்களுக்கு புண் வந்தால் சீக்கிரம் குணமடையாது. உங்களுக்கு சர்க்கரை வியாதி உண்டா இல்லையா என்று தெரியவில்லை. அது இல்லாவிட்டால், ஆசன வாய்க்கு பக்கத்தில் இருப்பதால் பவுத்திர நோயாக இருக்கும்.

சிலருக்கு பித்தத்தால் இந்த நோய் வருவதுண்டு. பவுத்திர நோய் புண் ஆறாது. ஆங்கில மருத்துவத்தில் இதற்கு அறுவை சிகிச்சை செய்வார்கள். அப்படி செய்தாலும் மீண்டும் அந்த இடத்தில் புண் அல்லது நீர்க் கசிவு உண்டாகும்.

கீழ்க்கண்ட மருந்தை தயார் செய்து 20 நாட்கள் சாப்பிடுங்கள்.

தொட்டால் சுருங்கி இலை அல்லது குப்பை மேனி இலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் ஒரு தேக்கரண்டி, வெங்காயம் 3 இவற்றை மோர் விட்டு அரைத்து, ஒரு தம்ளர் மோரில் சாப்பிடவும்.

சதை ஒட்டி இலை என்று உண்டு. அதன் பூ சாமந்தி பூ போல் சிறிதாக இருக்கும். இதன் இலைகளை பறித்து வந்து அரைத்து புண் உள்ள இடத்தில் கட்டவும். சதை ஒட்டி கிடைக்காவிட்டால், ஆறை கீரையை அரைத்துக் கட்டவும்.

மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது. மலம் சரிவர ஒழியும்படி தினசரி உணவில் கீரை சேர்க்கவும்.

ஐயா! வணக்கம். எனக்கு குரல் வளையில் அதாவது கழுத்தில் வீக்கம் உள்ளது. இதற்கு ஆங்கில மருத்துவத்தை பின்பற்றினேன். 4 வருடங்களாக 'ELETRKIN' என்ற மருந்தை உண்டு வந்தேன். இப்போது உண்பதில்லை. இவ்வீக்கம் தைராய்டு வீங்கி என டாக்டர் கூறினார். அயோடின் குறைவால் வரும் என்றார். உற்றுப் பார்த்தால் இவ்வீக்கம் தெரியும்.

ஆனால் கோளாறு நிறைய உண்டு. நாடித் துடிப்பு ஒழுங்கற்றதாக உள்ளது. மிகவும் சோர்வாக இருக்கிறது. கால்கள் சில சமயம் கனமாகவும், சக்தி அற்றதாகவும் தெரிகிறது. ஜீரண சக்தி குறைந்துள்ளது. இதனால் மிகவும் நான் அவதிப்படுகிறேன்.

என் வயது 32. இவ்வீக்கத்தின் விளைவு குறைந்த பிறகே திருமணம் செய்து கொள்ள இருக்கிறேன். ஆகவே இதைப் போக்க எனக்கு நல்வழி காட்டுங்கள்.

- யு. கண்ணன், தில்லையாடி

முதிர்ந்த வேப்பம் பட்டை, வேப்பங்காய், வேப்பங் கொளுந்து இலைகளை எல்லாம் நிழலில் உலர்த்தி ஒன்று சேர்த்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இந்த மூன்றும் சமஎடை இருக்க வேண்டும். இந்த சூரணத்தில் 5 கிராம் அளவு எடுத்து காலை வெறும் வயிற்றில் பசும் பாலில் சாப்பிடவும். விடாமல் 3 மாதம் சாப்பிட்டால் தைராய்டு நோய் குணமாகி உடல் தேறும்.

ஐயா! என் தந்தைக்கு வயது 69. சர்க்கரை வியாதி உடையவர். அவருக்கு சமீபத்தில் கழுத்தில் ஒரு கட்டி வந்தது. அது புற்று நோய் என்று கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அடையாறு கேன்சர் நிலையத்தில் பரிசோதித்து, சர்க்கரை சத்து இருப்பதாலும், வயதாகி விட்டதாலும், சிகிச்சை செய்து பலன் இல்லை என்றுகூறி விட்டனர். தொடர்ந்து கழுத்தைச் சுற்றி கட்டிகள் வருகின்றன. தாங்கள் இதைக் குணப்படுத்த முடியும் என்று நம்புகிறேன். இதற்கான மருத்துவ ஆலோசனையை தெரிவிப்பீர்களா?

- பி.வாசுதேவன், பாலக்கரை

கழுத்தைச் சுற்றி வரும் கட்டிகளை புற்றுநோய் (LYMBH NUDE) என்று சொல்லி 'பயாப்' செய்து மின்கதிர் சிகிச்சை செய்து மின் கதிர் சிகிச்சை அளிப்பது வழக்கம். ஆனாலும் குணம் அடைவது முடியாது. கீழ்க்கண்ட மருந்தை தினசரி சாப்பிடவும்.

நிலவேம்பு 10 கிராம், பறங்கிப்பட்டை 5 கிராம் என்ற அளவில் நாட்டு மருந்துக் கடையில் வாங்கவும். இவற்றை உரலில் போட்டு இடித்து புது மண் சட்டியில் போட்டு வறுத்து அரை லிட்டர் தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சவும். அது பாதியாக குறைந்ததும் எடுத்து, அதில் பாதி காலை வெறும் வயிற்றிலும் மீதியை மாலை 6 மணிக்கும் சாப்பிடவும். தொடர்ந்து இரண்டு மூன்று மாதம் சாப்பிட வேண்டும்.

களிமண்ணில் தண்ணீர் விட்டு குழப்பி கட்டிகள் மேல் போட்டு ஒரு மணி நேரம் கழித்து எடுத்துவிடவும். ஒரு நாளுக்கு இரண்டு மூன்று தடவை இப்படி செய்யும்.

ஐயா! நான் பேசும்போது பேச்சு தட்டுப்பட்டு விடுகிறது. இதனால் வார்த்தை வெளி வருவது இல்லை. நாக்கு தடிப்பாக உள்ளது. இந்த குறையைப் போக்க தாங்கள் உதவ வேண்டும் என கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- வெ. கலிவரதன், சிதம்பரம்

வசம்பு என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதை வாங்கி வந்து சுட்டு தூளாக்கவும். அதில் ஒருசிட்டிகை எடுத்து தேனில் குழப்பி தினசரி நாக்கில் தேய்த்து பின்னர் உள்ளுக்கு சாப்பிடவும். தொடர்ந்து செய்து வந்தால் நாக்குத் தடிப்பு குறைந்து பேச்சு சுமுகமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 61. சில ஆண்டுகளுக்கு முன்பு எனக்கு மஞ்சள் காமாலை நோய் வந்து ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை பெற்று குணமடைந்தேன். ஆனால் மீண்டும் அடிக்கடி காய்ச்சல் வந்து கொண்டிருக்கிறது. எக்ஸ்ரே எடுத்தபோது கல்லீரல், பித்தப்பை அருகே கற்கள் உண்டாகி இருப்பதாகவும், அதை ஆபரேசன் செய்து அகற்றினால்தான் நோய் வராமல் தடுக்கலாம் என்றும் கூறுகிறார்கள். தாங்கள் கூறியபடி வெங்காரம், கல்கண்டு ஆகிய மருந்துகளை 40 நாட்கள் நானும் சாப்பிடலாமா என்பதை தயவு செய்து விளக்கவும்.

- இரா. சுவாமிநாதன், சென்னை-5

ஐயா! 2 வருடங்களுக்கு முன்பு எனக்கு மஞ்சள் காமாலை நோய் வந்து குணமானது. அதன் பின் 6 மாதத்திற்கு ஒருமுறை திருப்பித் திருப்பி வருகிறது. எனக்கு 33 வயது.

இந்த நோய் வராமல் தடுக்க தகுந்த ஆலோசனை தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

- என்.எஸ்.மணி, சென்னை-51

மஞ்சள் காமாலை நோய் மிகவும் கொடியது. இது ஒருமுறை வந்தால் நாட்டு மருந்துகள் மூலம் குணப்படுத்திக் கொள்ளாவிட்டால், மறுபடியும் வரக் கூடும். நோய் குணமான பின்பும் 2 மாதங்கள் வரை எண்ணெய் பலகாரங்கள் உபயோகிக்கக் கூடாது. குறைந்தது 6 மாதங்கள் வரை புலால் சாப்பிடக் கூடாது. இந்தக் கட்டுப்பாடு இல்லாமல் கண்டபடி சாப்பிட்டால் மறுபடியும் காமாலை நோய் தாக்கக் கூடும்.

இதற்கு வேப்பங் கொழுந்து அல்லது இலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் அரை தேக்கரண்டி சேர்த்து தண்ணீர் தெளித்து நன்றாக அரைக்கவும். 2 கோலி அளவு எடுத்து காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டுவிட்டு, அதன்பின் ஏதாவது உணவு அருந்தலாம். தினசரி 3 மாதங்கள் வரை தொடர்ந்து சாப்பிட்டால், காமாலை நிச்சயமாக தாக்காது.

காமாலை நோய் சரியாக குணமாகாவிட்டால் கல்லீரல் பழுதாகி வயிறு உப்பும். பித்த சோகை முதலியவை உண்டாகும். காமாலை நோய் வந்தவர்கள், அப்போது குணமாகி விட்டதாக அறிந்தாலும் 3 மாதங்கள் வரை எண்ணை பலகாரம் சாப்பிடக் கூடாது. 6 மாதங்கள் வரை புலால் சாப்பிடக் கூடாது. முக்கியமாக கோழி சேர்க்கக் கூடாது.

வெண்காரத்தை பொறித்துக் கொண்டு சுண்டைக் காய் அளவு எடுத்து தண்ணீரில் அல்லது இளநீரில் கலக்கவும். கல்கண்டு அல்லது நண்டுக்கல் வாங்கி தண்ணீரில் உரைத்து ஒரு குண்டுமணி அளவு எடுத்து வெங்கார நீரில் கலந்து சாப்பிடவும். இதனால் நீரடைப்பு, சதையடைப்பு முதலியவை தீரும். அதோடு கல்லீரல் நன்றாக பலம் பெற வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி, சீரகம் ஒரு தேக்கரண்டி சேர்த்து இரண்டையும் நன்றாக அரைத்து உருண்டையாக அல்லது தண்ணீரில் கலந்து தினமும் 10 நாட்கள் வரை சாப்பிடவும். மஞ்சள் காமாலையால் வந்த பித்த சோகை போன்றவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு 5 வருடங்களாக ரத்தக் கொதிப்பு இருக்கிறது. டாக்டரிடம் போனால் உப்பு சாப்பிடக் கூடாது என்கிறார். உப்பை குறைத்து, வறுத்து சாப்பிடுகிறேன். இப்போது தலை சுற்றலும், மூச்சு முட்டலும் இருக்கிறது. இதைப் போக்க தகுந்த மருத்துவம் தெரிவியுங்கள்.

- ஏ.சந்தன அம்மாள், சங்கர் நகர், திருநெல்வேலி

தங்களுக்குள்ள ரத்த அழுத்தம் குறைய மருந்து:

சீரகம், அதிமதுரம், சடாமாஞ்சில், கடுக்காய் தோல் ஆகியவைகளை 100 கிராம் வீதம் வாங்கி, இடித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம் காலையிலும் மாலையிலும் தண்ணீரில் சாப்பிடவும். புலால் உணவு சாப்பிடக் கூடாது. உருளைக் கிழங்கு, சேப்பங்கிழங்கு முதலிய கிழங்கு வகைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

ஐயா! என் மனைவிக்கு வயது 23. அவளுக்கு முதல் குழந்தையின் போது உப்புச் சத்தும், ரத்த அழுத்தமும் இருந்ததால் குழந்தை 7 ஆம் மாதம் பிறந்து இறந்தது. அதே போல் 2 வது குழந்தையின் போதும் ரத்த அழுத்தம் இருந்தது. மருந்து சாப்பிட்டார். அதுவும் 6வது மாதம் இறந்து பிறந்தது. ரத்த அழுத்தம், குறைவதற்கு மாத்திரை சாப்பிட்டு வந்தால், அதன்பின் தலைவலியும், தலைசுற்றலும் பின்னுக்கு தள்ளுவதும் ஏற்பட்டது. இப்போது சளியும், இருமலும் இருக்கிறது. இப்படி பல்வேறு நோய்க்கு செலவு செய்ய பணம் இல்லாமல் கஷ்டப்படுகிறோம். தாங்கள் எங்களுக்கு உதவும்படி வேண்டுகிறேன்.

- ப.எட்வர்டு, தூத்துக்குடி-1

முதலில் நான் ஏற்கனவே பலமுறை கூறியுள்ளபடி சோற்றுக் கற்றாழை, கடுக்காய், பேதி மருந்து சாப்பிட வேண்டும். சோற்றுக் கற்றாழையில் உள்ள சோற்றை மட்டும் 200 கிராம் எடுத்து சிறு துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ளவும். அதை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அதனுடன் 25 கிராம் கடுக்காய் தோல் ஒன்றிரண்டாக இடித்துபோடவும். ஒரு மணி நேரம் ஊற வைத்து பிறகு பிழிந்தால் தண்ணீர் வரும். அதில் ஒருதேக்கரண்டி விளக்கெண்ணெய் விட்டு ஞாயிறு அல்லது செவ்வாய்க்கிழமை சாப்பிடவும். அன்று வெறும் நொய் கஞ்சி உப்பில்லாமல் சாப்பிட வேண்டும்.

மறுநாளில் இருந்து ஏ. சந்தன அம்மாள், சங்கர் நகர், திருநெல்வேலி அவர்களுக்கு கூறியவாறு ரத்த அழுத்தம் குறைவதற்கான மருந்தை தயாரித்துச் சாப்பிடவும். பூரணமாகி விடும்.

ஐயா! நான் ஒரு ஆபீசில் வேலை செய்கிறேன். என் வயது 31. கடந்த சில வருடங்களாக எனக்கு உடல் நிலை சரியில்லை. நான் சிகரெட்டு குடிப்பவன். அதில் உள்ள துண்டுகளையும் ஒருவித போதைக்காக தின்பேன். இப்பழக்கம் தொடர்ந்து ஒரு வருட காலமாக உள்ளது. இதனால் என் உடல் வெளுத்து விட்டது. பார்ப்பவர்கள் சோகை என்று கூறுகிறார்கள். மருத்துவரிடம் காட்டி மருந்து, டானிக் போன்றவைகளை சாப்பிட்டேன். ரத்தம் ஊறுகிறது. 10 நாள் கழித்து சோகை தட்டிவிடுகிறது. பசி இல்லை. எனது இதயம் அதிக தூரம் நடந்தால் மூச்சு வாங்குகிறது. வேலை செய்ய முடியவில்லை. எவ்வளவோ டானிக்குகள் சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. சிகரெட்டை நிறுத்த முடியவில்லை. ரத்த ஊசி,பி.12 போட்டும் பலன் இல்லை. இதற்கு தகுந்த மருத்துவ உதவி செய்யும்படி வேண்டுகிறேன்.

-அந்தோணி, பட்டுக்கோட்டை

ரத்தம் உடலில் ஏறி இறங்குவது வெறும் சோகை மாத்திரமல்ல. ரத்தத்தில் புற்று நோய் அணுக்கள் இருப்பினும் அவ்விதம் உண்டாகும்.

தாங்கள் உடனே தகுந்த வைத்தியரிடம் சென்று ரத்தத்தை பரிசோதனை செய்து கொள்வது நல்லது.

அதற்குள் கீழ்க்கண்ட மருந்தை சாப்பிடுங்கள்.

கீழாநெல்லி என்ற மூலிகையுள்ளது. அதில் 10 செடிகளை வேருடன் பிடுங்கி அம்மியில் வைத்து அரைத்து நெல்லிக்காயளவு பசும்பாலில் காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். இப்படி 10 நாட்கள் விடாமல் சாப்பிட்டால் ஓரளவு குணம் தெரியும்.

அப்படி குணம் தெரிய ஆரம்பித்தால் 30 முதல் 40 நாட்கள் வரை சாப்பிடுங்கள்.

ஐயா! என் தங்கைக்கு 7 வயது முதல் காரீகம் என்ற நோய் உடலில் ஆரம்பித்தது. அதை நாங்கள் முதலில் கவனிக்கவில்லை. இப்பொழுது 18 வயது ஆகிறது. கை கால்கள், பாதங்களில் வெடிப்பு ஏற்பட்டு விகாரமாகத் தோன்றுகிறது. இதை போக்குவதற்கு இருமுறை எண்ணெய் சாப்பிட்டும் குணமாகவில்லை. முக்கியமாக கார்த்திகை மாதம் முதல் மார்கழி மாதம் வரை அதிகமாக உள்ளது. இதை குணப்படுத்த உங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறோம்.

- ஜி.ஜோதி,எண்ணூர்

ரத்தத்தில் பழுது பட்ட நீர் கலந்து இருப்பதால் இந்த நோய் வருவதுண்டு. ஆயுர்வேத, சித்த வைத்தியத்தில் இதை மேக நோய் என்பார்கள்.

வெட்பாலரிசி 100 கிராம், கார்போகரிசி 100 கிராம் வாங்கி இரண்டையும் தனித்தனியாக இடித்து சூரணம் செய்து நைசாக ஜலித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம் 20 நாட்களுக்கு காலையிலும் மாலையிலும் நெய் சேர்த்து சாப்பிடவும்.

பூரவசன் பட்டையை இடித்து தூள் செய்து தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு வெயிலில் 5 நாட்கள் வைக்கவும். பிறகு அதை எடுத்து

எண்ணையை மேல் பூச்சாக தடவவும். சீயக்காய் அல்லது கடலை மாவு உபயோகித்து குளிக்கவும். சோப்பு கூடாது.

ஐயா! என் தகப்பனார் கடந்த 10 வருடங்களாக மூல வியாதியால் அவதிப்பட்டார். தங்கள் வைத்திய ஆலோசனையைப் படித்து அதன்படி மருந்து சேர்த்துக் கொடுத்தேன். இப்போது பூரண குணம் அடைந்து விட்டார். இதுபோல் எனக்கு உடல் முழுவதும் ஒரே தேமலாக [தழும்பாக] இருந்தது. தங்கள் வைத்திய முறைப்படி இதற்கு மருந்து சாப்பிட்டு பத்தியம் இருந்து வந்தேன். என்ன ஆச்சரியம் தேமல் முழுவதும் மாறிவிட்டது.

மேலும் எனக்கு உள்ள இன்னொரு குறையை தெரிவிக்கிறேன். என் 20வது வயதில் திடீர் என்று இடது காலும் இடது கையும் செயல் இழந்து விட்டது. சிகிச்சைக்குப் பிறகு நடக்கிறேன். கையை தூக்குகிறேன். ஆனால் கை விரல்கள் மடங்கியபடி இருக்கின்றன. கையும், காலும் பலமின்றி நடக்கும்போது கிடுகிடு என்று ஆடுகிறது. கைம் காலும் பலம் பெற தாங்கள் ஆலேசனை கூறினால் நான் குணமடைய முடியும் என்று நம்புகிறேன்.

- செல்லையா, ஆலங்குளம்

20 வயதில் கை, காலகள் செயல் இழந்தது பற்றி கூறி இருக்கிறீர்கள். ஆனால் தற்போது உங்கள் வயது பற்றி குறிப்பிடவில்லை. நோய் ஒரே நோயாக இருந்தாலும் மருந்தை வயதுக்குத் தக்கபடி மாற்றி அமைப்பது அவசியம். ஆகவே கேள்வி கேட்பவர்கள், தங்கள் வயதை மறக்காமல் தெரிவிக்க வேண்டும்.

கொல்லன் உலையில் கிட்டம் என்னும் இரும்பு கட்டி கிடைக்கும். அதில் 50 கிராம் அளவு எடுத்து மைய அரைத்து, வஸ்திரகாயம் செய்து (மெல்லிய துணியில் போட்டு வடிகட்டுவது) அதனுடன் 250 கிராம் பனங்கற்கண்டு சேர்த்து அரைத்து லேகிய பதத்தில் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் அயச்சத்து உள்ளது. உங்களைப் போன்று நரம்பு தளர்ச்சியினால் உண்டாகும் நோய்க்கு அயச்சத்து நல்லது.

இந்த லேகியத்தை காலை, மாலை கண்டைக்காய் அளவு எடுத்து வாயில் போட்டு பசும் பால் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு 20 வயது ஆகிறது. இன்னும் திருமணம் ஆகவில்லை. எனக்கு உடல் மிகவும் அசதியாக உள்ளது. எந்த இடத்தில் சிறு காயம் ஏற்பட்டாலும் ஒரு துளி ரத்தம் கூட வருவதில்லை. நெஞ்சு வலி அதிகமாக உள்ளது. இதற்கு நீங்கள் தகுந்த ஆலோசனை கூறுங்கள்.

- ராமன், அந்தியூர்

ரத்த விருத்திக்கு கரிசாலை மிகவும் சிறந்தது. கரிசாலை என்னும் கரிசலாங்கண்ணி செடிகளை வேருடன் கொண்டு வந்து, மண், புல் ஆகியவைகளை நீக்கிவிட்டு நிழலில் உலர்த்தவும். அதை பொடி செய்யும் முன்பு சிறிது நேரம் வெயிலில் வைத்து இடித்து பொடி செய்யவும்.

அதேபோல் கீழாநெல்லி செடிகளையும் கொண்டு வந்து அந்த பக்குவத்தில் பொடி செய்யவும். பிறகு இரண்டையும் சம அளவு கலந்து புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு தினசரி காலை வெறும் வயிற்றிலும், மாலை 6 மணிக்கும் அரை தேக்கரண்டி வீதம் நெய், சர்க்கரை கலந்து சாப்பிடவும்.

பல மாதங்கள் இப்படி தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வந்தால், உடலில் ரத்தம் பரவும். பித்தத்தைக் கண்டிக்கும். கரிசாலை பக்குவத்தை ராமலிங்கசுவாமி போன்றவர்கள் போற்றி இருக்கிறார்கள்.

ஐயா! நான் சாப்பிட்ட உடன் வாந்தி வருகிறது. திருமண வீட்டிற்கு போனாலும், விருந்தினர் வீட்டிற்குப் போனாலும் எதுவுமே சாப்பிட முடியவில்லை. என் வயது 24. வயிற்றில் பூச்சி கள் இருக்கும் என்று நினைத்து மருந்து சாப்பிட்டுப் பார்த்தேன். இருந்தும் பயன் இல்லை. இதில் நல்ல குணம் காணும் அளவுக்கு வைத்தியம் தெரிவியுங்கள்.

- த.முருகேசன், ஆறுமுகநேரி

லவங்கம், லவங்கப்பட்டை, ஏலக்காய் இந்த மூன்றையும் சம அளவு எடுத்து இடித்து ஜலித்து சூரணமாக்கிக் கொள்ளவும். இதில் 2 சிட்டிகை அளவு காலையிலும், மாலையிலும் எடுத்து பச்சைத் தண்ணீரில் சாப்பிடவும்.

3 நாட்களில் குணமாகும். அதன் பிறகு, வெள்ளை முள்ளங்கியை இடித்து துணியில் வைத்து சாறு பிழிந்து, சர்க்கரை சேர்த்து சாப்பிடவும். இதனால் இரைப்பை, கல்லீரல் நன்கு வேலை செய்யும். மலம், நன்றாகப் போகும். பசி எடுக்கும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 22. இரவில் தூங்கும்போது கெட்ட கனவுகளினால் விந்து வெளியோகிறது. உடல் உறவு கொள்ளும் முன்னமே விந்து வெளியாகி விடுகிறது. தங்கள் அறிவுரைப்படி அமுக்கிரா கிழங்கை இருமடங்கு கற்கண்டு தூளுடன் கலந்து ஒரு மாதமாக சாப்பிடுகிறேன். ஆனால் சில தினங்களாக காலையில் மருந்து சாப்பிடும் முன்பாக சிறுநீரில் கஷாயத்தின் நிறம் போல் வருகிறது. இது எதனால் ஏற்படுகிறது? இதனால் ஆபத்து உண்டா?

- பன்னீர்செல்வம், மாயவரம்

சிறுநீரில் நிறம் மாறி வரும்போது ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும். அதிக மஞ்சள் நிறமாக இருந்தால் மஞ்சள் காமாலையா என்பதையும், கஷாயத்தின் நிறமாக இருந்தால் அழுக்குகள் சேர்ந்திருக்கிறதா என்பதையும் கண்டறிய வேண்டும்.

ஒருநாளைக்கு 2 அல்லது 3 இளநீர் சாப்பிட வேண்டும். ஒரு இள நீரை போந்தம் செய்து குண்டு மணி அளவு படிகாரம் தூள் செய்து உள்ளே போட்டு மூடி இரவு பனியில் வைத்து விடவும். காலையில் இந்த நீரைச் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி ஒருவாரம் சாப்பிட்டு வந்தால் பல நீர் வியாதிகள் குணமாகும்.

சிறுநீரில் மஞ்சள் நிறம் அதிகமானால் உடனே மாத்திரை சாப்பிட்டால் மட்டும் போதாது. மஞ்சள் காமாலைக்கு வேண்டிய மருந்து சாப்பிட்டு குணப்படுத்த வேண்டும்.

ஐயா! என் வயது 28. எனக்கு மூன்று ஆண்டுகளாக மலேரியா காய்ச்சல் இருக்கிறது. இரண்டு மாதத்திற்கொருமுறை வந்து கொண்டே இருக்கிறது. பல டாக்டர்களிடம் காண்பித்தாலும் தற்காலிகமாக குணமாகிறதே தவிர, நிரந்தரமாக குணமாக வில்லை. இதற்கு சித்த வைத்தியத்தில் மருந்து இருக்கிறதா?

பல வைத்தியம் செய்து குணமாகாததால் இதை இப்படியே விட்டு விட்டால் என்ன எதிர் விளைவுகள் உடலுக்கு ஏற்படும். இந்த நோயுடனே நான் ஆரோக்கியமாக இருக்க முடியுமா என்று தயவு செய்து தெரிவிக்கவும்.

- எஸ். சின்னதுரை, சிதம்பரம்

மலேரியா சுரத்திற்கு குவைனைன் சேர்ந்த மருந்துகளை ஆங்கில மருத்துவத்தில் உண்டு. இதை சாப்பிடின் காதுகள் மந்தமாகி விடும்.

குப்பைமேனி என்ற மூலிகை எங்கும் கிடைக்கும். இதனுடைய இலைகள் ஒன்பது, மிளகு ஆறு இந்த இரண்டையும் வாயிலிட்டு மென்று சாப்பிட்டுவிட்டு பசும்பால் சாப்பிடவும். அன்று உப்பில்லாமல் சாப்பிடவும். இப்படி மூன்று ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் தொடர்ந்து சாப்பிட மலேரியா சுரம் மலையேறி விடும்.

ஐயா! மூளைக் காய்ச்சல் நோய் பற்றி தினமும் பேப்பர்களில் வந்து கொண்டிருக்கிறது. கர்நாடக மாநிலத்தில் இந்த நோயால் பலர் இறப்பதாக செய்திகள் வருகின்றன. அந்த நோய்க்கு தங்களுடைய வைத்திய முறையில் ஏதாவது செய்யலாமா என்பதை தெரிவியுங்கள். தங்களால் முடிந்ததை செய்தால் மக்களுக்கு தொண்டாற்றிய வகையில் இருக்கும்.

- பி.ஏ. பார்த்தசாரதி, திண்டிவனம்.

மூளைக் காய்ச்சல் நோயை சுலபமாக குணப்படுத்தலாம். சாதாரணமாக காய்ச்சல் அதிகமாகும் போது அது மூளையை அதிகம் பாதிக்கும். காய்ச்சலை குறைத்தால் மூளைக்கு பழுது வராது.

நிலவேம்பு, மிளகு, சித்தரத்தை, பேய்ப்புடல் ஆகியவைகளை 10 கிராம் வீதம் வாங்கி ஒன்றிரண்டாக இடித்து புது மண் சட்டியில் போட்டு லேசாக வறுக்கவும். புகை வந்ததும் அதில் 5 கோப்பைகள் தண்ணீர் விட்டு காய்ச்சவும். தண்ணீர் ஒரு கோப்பை அளவுக்கு குறைந்ததும் இறக்கி விடவும்.

இந்த கசாயத்தை 4 மணிக்கு ஒரு முறை 2 அவுன்ஸ் கொடுக்கவும். காய்ச்சல் அதிகமாகும் போது பச்சைத் தண்ணீரில் துண்டை நனைத்து உடலில் துடைத்து விடவும். இப்படி ஒரு மணி நேரத்துக்கு ஒரு தடவை செய்து வந்தால் உள்ளிருக்கும் வெப்பத்தைக் குறைக்கலாம்.

ஐயா! என் வயது 18. நண்பர்களின் கூட்டுறவால் குடிகாரனாக மாறியவன். தொடர்ந்து குடித்தேன். இதனால் அல்சர் ஏற்பட்டது. ஆனால் வயிற்றுவலி இல்லை. எப்போதாவதுதான் வயிறு வலிக்கும்.

குடியால்தான் எனக்கு அல்சர் ஏற்பட்டது. அதன் பின் மலம் போனாலும், வாய்வு ஏற்பட்டாலும், மூச்சு விட்டாலும் கெட்ட நாற்றமாக இருக்கிறது. இதற்கு பிறகு மருத்துவமனையில் அட்மிட்டாகி ஊசியும் போட்டுக் கொண்டேன். எக்ஸ்ரேயும் எடுத்தார்கள். இதனால் என் கல்லூரி படிப்பையும் மூன்று ஆண்டுகளாக நிறுத்தி விட்டேன். பிறரிடம் சென்று பேசவும், பழகவும், வெளியே செல்லவும் கூட வேதனையாக உள்ளது. ஒருமுறை சித்த வைத்தியரிடம் மருந்து சாப்பிட்டேன். நாற்றம் நின்றபாடில்லை.

எனக்கு ஏற்பட்ட இந்த நிலையை வெளியே சொல்ல முடியாமல் வேதனையாகவும், வெட்கமாகவும், பயமாகவும் இருக்கிறது. சில டாக்டர் அறுவை சிகிச்சை செய்து கொள்ளச் சொன்னார்கள். குடல் வெந்து இருக்கலாம் என்றும் பயமாக இருப்பதால் நான் மறுத்துவிட்டேன். தற்போது குடிப்பதில்லை. வெற்றிலை சீவல் பாக்கு போடுவேன்.

ஆகவே தாங்கள் என் மீது அன்பு கொண்டு என் நோயை குணமாக்க மருந்து சொல்ல வேண்டும். தாங்கள் அன்பால்தான் என் நோய் குணமாக வேண்டும்.

-எஸ்.முகிலன், கூத்தூர், தஞ்சை மாவட்டம்

சோற்றுக் கற்றாழையை சாப்பிட்டால் வாய் நாற்றம், உடல் நாற்றம் முதலியவை போகும்.

சோற்றுக் கற்றாழை மடல்களை கொண்டு வந்து எடுத்துவிட்டு உள்ளிருக்கும் சோற்றை எடுத்து துண்டு துண்டாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். ஒரு பாத்திரத்தில் விட்டு தண்ணீர் விட்டு அலம்பி கொழ கொழ என்று வரும் நீரை கீழே கொட்டி விடவும். இப்படி தண்ணீர் விட்டு 3 முறை சுத்தம் செய்யவும்.பிறகு எடுத்து நீர் இல்லாமல் வடித்து விட்டு மேல்படி சோற்றில் கொஞ்சம் பனங்கற்கண்டு சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு ஒரு இரண்டு கரண்டி அளவு இரண்டு வேளை 20 நாட்கள் வரை சாப்பிடலாம்.

இப்படி தொடர்ந்து சாப்பிடவும். அல்சர் என்னும் வயிற்றுப் புண், வாய் நாற்றம் நீங்கும். இம்மருந்து சாப்பிடும் காலத்தில் புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

உணவில் மணத்தக்காளி கீரை, பசலை கீரை, அகத்திக் கீரை முதலியவை அடிக்கடி சாப்பிடவும்.

> ***ஐயா! நான் ஒரு குடும்பஸ்தன். மனைவி, குழந்தைகள் உண்டு. நான் தினமும் காலை 5 மணியில் இருந்து மாலை 6 மணி வரை குடித்துக் கொண்டே இருக்கிறேன். சில நாட்களாக இது கேவலமாகப் படுகிறது. யாரும் என்னை மதிப்பதில்லை. ஆகவே இந்தப் பழக்கத்தை நிறுத்துவதற்கு தாங்கள் ஒரு யோசனை கூறுங்கள். நானும் தொழில் செய்து சம்பாதித்து நல்ல பெயர் எடுக்க வேண்டும். இனி நான் குடித்தால் என் குழந்தைகளே என்னை அடித்து விடுவார்கள். உடனே தாங்கள் இதற்கு ஒரு வழி சொல்லி என்னை வாழ வையுங்கள்.***
>
> **- எஸ்.நல்லண்ணன், ஆர்.எஸ்.புரம், கோவை**

தங்கள் பெயர் நல்ல அண்ணன். ஆனால் இதுவரை கெட்ட அண்ணனாக இருந்திருக்கிறீர்கள். இனிமேல் பெயருக்கேற்ப நல்லவராக மாற விருப்பம் தெரிவித்து இருப்பது பாராட்டத்தக்கது. தங்களுக்கு குழந்தைகள் இருப்பதாக கூறியுள்ளீர்கள். குழந்தைகளுக்கு தந்தைதான் வழிகாட்டியாக இருக்க வேண்டும். தந்தை குடிகாரன் என்றால் குழந்தைகளும் அந்தப் பெயரை எடுக்க முயற்சிக்கும். நீங்கள் கண்டிக்கும் தகுதியை இழந்து விடுவீர்கள். மதுவுக்கு மனிதன் அடிமையாகி விடுவது மிகக் கேவலம்.

என் தகப்பனார் பொடி போடுவார். எனக்கும் அதைப் பார்த்து பொடி போட வேண்டும் என்ற ஆசை ஏற்பட்டது. அவர் தலையணைக்கு அடியில் வைத்திருக்கும் பொடி டப்பாவை தெரியாமல் எடுத்து பொடி போடுவேன். என் தகப்பனார் பொடி போடாமல் இருந்திருந்தால் நானும் போடாமல் இருந்திருப்பேன். ஆகவே தாங்கள், உங்கள் குழந்தைகள் நலனைக் கருதி குடிப்பழக்கத்தை உடனே விட்டு விடவும்.

ஜடாமாஞ்சில், காட்டாத்திப்பூ ஆகியவை நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் தலா 50 கிராம் வாங்கி இடித்து நன்றாக பொடி செய்து கொள்ளவும். காலையில் ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் ஒரு கரண்டி தூளைப் போட்டு கலந்து காபி போல் சாப்பிடவும். லேசாக போதையும் இருக்கும். உங்கள் குடிப் பழக்கம் விலகும். அதை விட்ட பிறகு எனக்கு எழுதுங்கள்.

> ***ஐயா! எனக்கு 22 வயது ஆகிறது. 5 வருடங்களுக்கு முன்பு எனக்கு திடீர் என்று மயக்கம் ஏற்படுவது போல் தெரியும். ஆனால் மயங்கி விழ மாட்டேன். அப்போது யார் என்ன சொன்னாலும் புரியாது. 5 நிமிட நேரம் அப்படியே இருக்கும். பிறகு ஒருநாள் சைக்கிளில் சென்றபோது மயங்கி விழுந்து விட்டேன். கை, கால்களில் வெட்டியது. காக்காய் வலிப்பு என்றார்கள். அத்துடன் மயக்கம் வருவது நின்று விட்டது. 5 வருடங்களுக்கு பிறகு மீண்டும் ஒருநாள் வலிப்பு வந்து வாயில் நுரை வந்தது. டாக்டரிடம் சென்றேன். தூக்க மாத்திரை கொடுத்தார். நான் சாப்பிடவில்லை. எனவே என் நோயை குணப்படுத்துமாறு உங்களை மன்றாடிக் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.***
>
> **- எஸ்.விஜயன், திருச்சி**

உங்கள் கடிதத்தில் தாங்கள் குறிப்பிட்டுள்ள மருந்து வைத்தியர்களிடம் பொதுவாக இருக்காது. நீங்களே செய்து சாப்பிடக் கூடிய மருந்து குறிப்பிடுகிறேன்.

10 எட்டிக் கொட்டைகளை எடுத்து தேங்காய் பாலில் போட்டு வேக வைக்கவும். நன்றாக வெந்தபின் அந்த கொட்டைகளில் ஒன்றை மட்டும் எடுத்து சந்தனக் கல்லில் பசும்பால் அல்லது தண்ணீர் 2 துளி விட்டு உரசவும். உராய்ந்ததில் ஒரு அரிசி அளவு எடுத்து 3 அவுன்ஸ் பால் அல்லது தண்ணீரில் கலக்கி குடித்து விடவும். கசப்பு தாங்க முடியாதபடி இருக்கும்.

காலை ஒருவேளை மாத்திரம் 3 மாதம் வரை சாப்பிட வேண்டும். புலால் சாப்பிடக் கூடாது. பெண் உறவு கூடாது.

> ***ஐயா! என் உறவினர் ஒருவருக்கு பைத்தியம் பிடித்து இருக்கிறது. பைத்தியக்கார ஆஸ்பத்திரியில் சேர்ப்பதற்கு பயமாக இருக்கிறது. பைத்தியத்தைக் குணப்படுத்த ஆங்கில மருத்துவத்தில் மருந்து உள்ளதாகத் தெரியவில்லை. மனப்போக்கை கவனித்துதான் அதன்படி மனோதத்துவ முறையில் குணப்படுத்துவதாக அறிகிறோம். சித்த மருத்துவ முறையில் பைத்தியத்தை குணப்படுத்த மருந்து உண்டா? அதை விளக்கினால் நல்லது.***
>
> **- கே.எம். முருகேசன், காஞ்சிபுரம்**

பித்தம் அதிகரித்தால் பைத்தியம் என்பார்கள். இதற்கு மருந்து உண்டு. பேய் பீர்க்கன் விதைகள் 20 எடுத்து பழைய சாதத்தில் தண்ணீரில் ஊற வைத்து அதன் மேல் தோலை நீக்கி விடவும்.

பிறகு அந்த நீரை விட்டு அரைத்து ஒரு கோப்பை பழைய சாத நீரிலேயே கலக்கி உள்ளுக்கு கொடுக்கவும். வாந்தியும் பேதியும் ஆகும். பயப்படத் தேவையில்லை. மறுநாளே பாதி அளவு பைத்தியம் குணமாகிவிடும்.

எலுமிச்சம் பழ ரசத்தை உச்சித் தலையில் தேய்த்து 10 குடங்கள் பச்சைத் தண்ணீரை 15 நாட்கள் தலைக்கு ஊற்றவும். 15 நாள்கள் கழித்து மீண்டும் ஒருமுறை பேய்பீர்க்கன் விதைகளை முன்பு போல் கொடுத்தால் பூரண குணம் காணலாம். வீட்டு பீர்க்கன் விதைகளையும் கொடுக்கலாம். ஆனால் குணமாக தாமதமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 35. கடந்த 3 வருடங்களாக மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டு இருக்கிறேன். மருத்துவமனையில் எனக்கு மின் அதிர்ச்சி வைத்தியமும், மாத்திரையும் தருகிறார்கள். ஆனால் இன்னும் குணமாகவில்லை. என் உடல் முழுவதும் வலி உள்ளது. படுத்தால் உடல் தூக்கிப் போடுகிறது. ஆட்டம் இருக்கிறது. இதற்கு உங்கள் ஆலோசனைகளை எதிர்பார்க்கிறேன்.

- லோக்கோல்பாரி, கும்பகோணம்.

மனநோய் உள்ளவர்களுக்கு ஆங்கில மருத்துவத்தில் தூக்க மாத்திரை நிறைய கொடுப்பார்கள். இதனால் பித்தம் அதிகமாகி பசியின்மை, அசதி, ரத்த மின்மை, உடல் நடுக்கம் உண்டாகும். உடம்பும் நீர் பிடித்து, முகம், கால், கை பெரிதாகி விடும். தாங்கள் மனதை தைரியப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

மனநோய் என்று சொல்லி சொல்லியே பலர் பைத்தியக்காரர்களாகி விடுவார்கள். சாதாரணமாக மன பலம் இல்லாதவர் கற்பனை செய்து கொண்டு, ஞாபக மறதி உண்டாகி, ஒன்று விட்டு ஒன்று பேசும்போது பக்கத்தில் இருப்பவர்கள் அவரை பைத்தியக்காரராக்கி விடுவார்கள்.

நீங்கள் கீழ்க்கண்ட மருந்தை காலை, மாலை சாப்பிடவும்.

அரசமர இலைக் கொழுந்து 10, மிளகு 10 சேர்த்து அரைத்து வைத்துக் கொண்டு காலை பாதி, மாலை பாதி சாப்பிடவும். புலால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! சிலருக்கு தூக்கத்தில் நடக்கும் வியாதி இருக்கிறது. இது எப்படி ஏற்படுகிறது? நரம்பு தளர்ச்சியா? மனக் கோளாறா? இதை எப்படி குணப்படுத்துவது என்பதை தெரிவிப்பீர்களா?

- எச்.எம்.எம்.கிஜர்பாஷா, சென்னை-37.

இரவில் தூக்கத்தில் எழுந்து நடப்பது மூளை சம்பந்தப்பட்ட நோய். மூளை பலகீனம், பயந்த சுபாவம் உள்ளவர்களுக்கு இவ்வித நோய் ஏற்படக் கூடும். இதற்கு முக்கியமாக தைரியமாக இருப்பது அவசியம்.

உடல் பலகீனமாக இருந்தால் கீழ்க்கண்ட மருந்து தயார் செய்து சாப்பிடலாம்.

பூமி சர்க்கரை கிழங்கு, தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, நிலப்பனங்கிழங்கு கசகசா ஆகியவைகளை தலா 50 கிராம் வீதம் வாங்கவும். இவற்றை ஒன்றிரண்டாக இடித்து டப்பியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து அம்மியில் பசும்பால் விட்டு அரைத்து பசும்பால் கலந்து காய்ச்சி தினசரி காலை வெறும் வயிற்றிலும், இரவு படுக்கும் போதும் சாப்பிடவும்.

இப்படிப்பட்ட நோய் உள்ளவர்கள் பயப்படக் கூடாது. மற்றவர்களும் அதைப்பற்றி அவரிடம் பெரிதுபடுத்தி சொல்லக் கூடாது.

ஐயா! எனக்கு 46 வயது ஆகிறது. 10 வருடங்களுக்கு முன்பு உடல் நலிவுற்று இருக்கும்போது ஸ்டெப்டோ மைசின் ஊசி அதிகம் போட்டதால் நன்றாக கேட்ட காதுகள் 2 வருடங்களாக கேட்கும் சக்தியை இழந்து விட்டது. இப்போது காது கேட்கும் கருவியும் பயன்படவில்லை. இதற்கு ஒரு நிவாரணம் கூற வேண்டுகிறேன்.

- பழ. மாதவன், அமைந்தகரை

ஆண்டி பயோடைக் என்னும் விஷ மருந்துகளை வெகு ஜாக்கிரதையாக ஏதோ சில மோசமான நிலைமைகளில் மட்டும் உபயோகப்படுத்த வேண்டும் என்று உலக சுகாதார நிறுவனம் எச்சரிக்கை விடுத்து இருக்கிறது.

ஆனாலும் இதுபோன்ற பல மருந்துகளை எல்லாம் நோய்களுக்கும் சர்வ சாதாரணமாக டாக்டர்கள் உபயோகப்படுத்துவது வருந்தத்தக்கது. இந்த மருந்துகள் காது கேட்கும் சக்தியை குறைப்பதோடு கண்களும் கெட்டுவிடக் கூடும். சிலருக்கு சர்ம நோய் வரும்.

இந்தவித மருந்தின் வேகத்தை குறைத்தாலொழிய சர்ம நோய் போகாது. ஆகவே இதுபோன்ற மருந்துகளால் ஏற்படும் வேறு தொல்லைகள் பற்றி டாக்டர்களிடம் சொல்ல வேண்டும்.

டைபாய்டு ஜுரம் வந்தால் பச்சைத் தண்ணீரில் துண்டை நனைத்து, ஒரு நாளுக்கு 5 முறை நனைத்து பிழிந்து முகத்தில் இருந்து கால் வரை துடைத்து வந்தால், அது குணமாகி விடும். ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் போன்ற மருந்துகளை உபயோகித்து காது கேட்கும் சக்தி இழந்தவர் பலர் உண்டு. ஆகவே இனியாவது உங்கள் அனுபவத்தை மற்றவர்களுக்கும் தெரிவியுங்கள்.

நல்லெண்ணெய் 200 மில்லி லிட்டர் வாங்கவும். 50 மில்லி லிட்டர் தண்ணீரில் 10 கிராம் நகம் என்னும் நாகணத்தை பொடி செய்து போட்டு ஒரு நாள் ஊற வைக்கவும்.

ஊறிய பின் தண்ணீருடன் நாகணத்தை எண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும். நாகணத்தூள் மிதக்கும் போது, இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். அதில் இரண்டு மூன்று சொட்டு காதில் விட்டு பஞ்சு வைத்து அடைத்து கொள்ளுங்கள். இப்படி செய்து வந்தால் கேட்கும் சக்தி ஒரு வேளை திரும்பலாம்.

ஸ்ட்ரெப்டோமைசின் விஷத்தை உடலில் இருந்து எடுக்க, அருகம்புல் ஒரு கைப்பிடி, மிளகு 7 இரண்டையும் இடித்து 4 தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு ஒரு தம்ளராகும் வரை கண்ட வைத்து காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 20. கடந்த 3 ஆண்டுகளாக கடுமையான ரத்த வாந்தி ஏற்படுகிறது. குறிப்பாக வெயில் காலத்தில் இப்படி வருகிறது. கடுமையான இருமல், நெஞ்சு வலி ஏதும் இல்லை. இதற்கு தகுந்த மருந்து தெரிவியுங்கள்.

- பிச்சை முத்து, சென்னை-1

சோற்றுக் கற்றாழை 4 அல்லது 5 மடல்கள் எடுத்து வந்து அதன் மேல் தோலை நீக்கி அதிலுள்ள சோற்றை எடுத்து சிறு துண்டுகளாக இட்டு தண்ணீர் விட்டு கொழகொழப்பு நீங்கும் வரை தண்ணீர் விட்டு அலம்பி தண்ணீரை வடிக்கவும். பிறகு கருப்பட்டி என்னும் பனை வெல்லத்தை வேண்டிய அளவு சேர்த்துக் கொள்ளவும். கிடைத்தால் 4 வெள்ளை வெங்காயம் இல்லையேல் சாம்பார் வெங்காயம் சன்னமாக அரிந்து அதில் கலக்கி ஒரு இரும்பு கரண்டி அளவு காலை வெறும் வயிற்றில் மாலை 6 மணிக்கும் தொடர்ந்து 40 நாட்கள் சாப்பிடவும்.

ஐயா! எனது 5 வயது மகனுக்கு உரம் விழுந்துள்ளது. இதனால் அவனுக்கு அடிக்கடி சளியும் இழுப்பும் ஏற்படுகிறது. இதற்கு தகுந்த சிகிச்சை முறையை தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- கே.வி.ராஜமோகன், காங்கயம்

குருந்தட்டி வேர் என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். அதில் 100 கிராம் வாங்கி வந்து ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு பாதியாகக் குறையும் வரை காய்ச்சவும். பிறகு அதில் சர்க்கரை கலந்து காலை, மாலை கொடுத்து வந்தால் சளுக்கு, பிடிப்பு முதலிய நோய்கள் குணமாகும்.

அந்த வேரில் இன்னும் 100 கிராம் எடுத்து ஒன்றிரண்டாக தட்டி ஒரு லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் போட்டு பசும்பால் கலந்து காய்ச்சவும். தைல

பதத்தில் இறக்கி வைத்து மேல் பூச்சாக சளுக்கு உள்ள இடத்தில் பூசினால் குணமாகும்.

ஐயா! தாங்கள் குறிப்பிடும் பதில்களில் கூறும் மருந்துகளில் பால் பற்றி குறிப்பிடுகிறீர்கள். அது காய்ச்சிய பாலா? காய்ச் சாத பாலா என்று சிறு சந்தேகம் எழுகிறது. எனவே இதை தெளிவாக்குவீர்கள் என்று நம்புகிறேன்.

-நா.கோ.கோவலன், சென்னை-3

நம் வீட்டுக்கு ஒருவர் வந்தால் பால், காபி சாப்பிடுகிறீர்களா என்று கேட்கிறோம். பால் சாப்பிடுகிறீர்களா என்று கேட்கும்போது காய்ச்சிய பாலைத்தான் குறிப்பிடுகிறோம். ஆகவே மருத்துவர்கள் பால் என்று கூறினால் காய்ச்சிய பால் என்றுதான் பொருள்.

ஐயா! எனக்கு திருமணமாகி 2 வருடங்களுக்குப் பின் இப்போது ஒரு ஆண் குழந்தை பிறந்திருக்கிறது. அது பிறந்ததும் ஏதோ நோய் இருப்பதாகச் சொல்லி பெரியவர்கள் கழுதைப் பால் கொடுக்க வேண்டும் என்று சொன்னார்கள். அது எதற்காக என்று தெரியவில்லை. கழுதைப் பால் கொடுப்பது நல்லதா? என்பதை சற்று விவரமாக தெரிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

-ஆர்.வி. சாம்பசிவம், பொள்ளாச்சி

சில குழந்தைகள் பிறந்த உடன் மேக சம்பந்தமான வியாதியை அனுபவிக்கும். பிறந்தவுடன் காதுகள், உதடுகள் கறுப்பாகத் தோன்றும். கர் கர் என்று நெஞ்சில் ஒருவிதமான கபமும் இருக்கும். பாதங்கள், உள்ளங் கைகள், விரல்கள் கறுப்பாகவும், நீல நிறமாகவும் தோன்றும். உயிருக்கே ஆபத்தை உண்டு பண்ணும்.

இதற்குத்தான் கழுதைப்பால் கொடுப்பார்கள். கழுதைப்பால் கொண்டு வந்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு காலை, மாலை 3 நாட்கள் கொடுக்கவும்.

அல்லது கழுதை சாணத்தை ஆரஞ்சு பழம் அளவுக்கு எடுத்து ஒரு துணியில் வைத்து பிழிந்து எடுக்கவும். அதை அரை லிட்டர் வேப்பெண்ணெயில் சேர்த்து பதமாக காய்ச்சி வைக்கவும்.

முதலில் ஒன்றிரண்டு சொட்டுகள் தாய்ப்பால் கலந்து 4 மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை கொடுக்க 2 நாட்களில் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 28. திருமணமாகி 3 குழந்தைகள் இருக்கிறார்கள். சில ஆண்டுகளுக்கு முன்பு என் கையில் ஒரு நகம் சொத்தை விழுந்து கருப்பு நிறமாகி விட்டது. இப்போது இன்னொரு நகமும் அதுபோல் சொத்தையாகி விட்டது. இது என்ன நோய் என்று தெரியவில்லை. இதற்கு மருந்து உண்டா?

- சகுந்தலா, சென்னை-10

நகத்தில் சொத்தை விழுவது ரத்தத்தில் மேக நீர் பரவி இருப்பதற்கு அடையாளம். விளக்கெண்ணெய், சீமை அகத்தி இலைச் சாறு, வெங்காய சாறு, தேங்காய் பால் ஆகியவை தலா ஒரு லிட்டர் வீதம் கலந்து மண் சட்டியில் ஊற்றி லேசாக நெருப்பில் காய்ச்சவும்.

சிடுசிடுப்பு அடங்கி எண்ணெய் பிரிந்ததும் இறக்கி ஆற வைத்து புட்டியில் அடைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஒரு தேக்கரண்டி எடுத்து 2 அவுன்ஸ் காய்ச்சிய பசும் பாலில் கலந்து காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். 48 நாட்கள் சாப்பிட்டால் சகல விதமான மேக நோய்களும் நீங்கும். காரம், புளால் சேர்க்கக் கூடாது.

ஐயா! அக்குபஞ்சர் என்ற வைத்திய முறையில் உடலில் ஓடும் உயிரோட்டங்களை மார்பக வளர்ச்சிக்கு உதவுமாறு திருப்ப முடியும் என்று கூறுகிறார்கள். இந்த முறையில் இரு வெளிப்புறக் காதில் 4 அல்லது 5 ஊசிகளை கால் அங்குலம் செலுத்தி 20 அல்லது 30 நிமிடங்கள் வைத்து எடுத்து விடுவதாகும்.

இந்த சிகிச்சையைத் தொடர்ந்து 5 நாட்கள் செய்தால் மார்பகம் வளர்வதற்கான சக்தியும், மார்பகம் நல்ல உருவத்துடன் அமையும் என்றும் கூறப்படுகிறது. இதுபற்றி உங்கள் அபிப்பிராயம் என்ன?

- ராதாகிருஷ்ணன், மதுரை

அக்குபஞ்சர் என்னும் வைத்திய முறை சீனாவில் பல ஆண்டுகளாக கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. அமெரிக்கா, ஸ்பெயின், இத்தாலி போன்ற நாடுகளிலும் பரவி வருகிறது. சீனாக்காரர்கள், இத்தகைய சிகிச்சை முறையில் மிகவும் தேர்ச்சி பெற்றவர்கள். வியாதிக்கு தகுந்தாற்போல், அந்தந்த நரம்புகளை கண்டுபிடித்து ஊசிமூலம், குத்தி வியாதியை நீக்குகிறார்கள். இது தவறான முறை என்று சொல்லப்படுகிறது. எது பிணியை நீக்குகிறதோ அது எந்த முறையானாலும் நல்ல முறைதான்.

நம் நாட்டில் பழைய காலத்தில் சில நோய்களுக்கு ஊசியை நெருப்பில் சுட்டு, சூடு போடுவதுண்டு. முக்கியமாக சிறு குழந்தைகளுக்கு இழுப்பு நோய் வந்தால் சூடுபோடுவது நம் நாட்டில் இருந்தது. இதுவும் ஒரு அக்கு பஞ்சர் முறைதான். ஊசி மூலம் அல்லாமல் விரல்களை அழுத்தியும் இழுத்தும் அந்தந்த நோய்கள் தக்கபடி செய்து குணப்படுத்துவார்கள். நம் நாட்டில் இதற்கு வர்ம சிகிச்சை என்று பெயர். இப்போது திருநெல்வேலி மாவட்டத்திலும், கேரளாவிலும் பரவலாக செய்துவருகிறார்கள்.

சாதாரணமாக தலைவலி வந்தால் பல மருந்துகளையும், ஊசிகளையும் உபயோகிக்கிறார்கள். சிறு உபாயம் மூலம் தலைவலியை நீக்கலாம். இரண்டு காதுக்கும் முன் பக்கத்தில் கண் அருகே பெரு விரலால் பலமாக அழுத்திப் பிடித்தால் தலைவலி நின்று விடும்.

ஒற்றைத் தலைவலி வந்தால் அந்த இடத்தில் பெரு விரலை அழுத்த வேண்டும். இது வர்ண சாஸ்திரத்தை ஒட்டிய சிகிச்சை. இதைத்தான் அங்கு பஞ்சர் செய்பவர்களும் செய்து வருகிறார்கள். நம் நாட்டிலும் அம்முறையில் அரசாங்கம் கவனம் செலுத்த வேண்டும். அதில் தேர்ச்சி பெற்ற நிபுணர்கள் மூலம் மக்கள் நோயை சுலபமாக போக்க வழி வகுக்க வேண்டும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 32. கடந்த 10 ஆண்டு காலமாக முதுகு பகுதி, கைகளில் முதுகு பட்டைகள் ஒட்டிய பின்பகுதி ஆகிய இடங்களில் கறுப்பு புள்ளிகள் [முள் போன்று] உள்ளது. இது பார்ப்பதற்கு வியர்க்குரு போல் தென்படுகிறது. இதனால் எந்த விதமான தொல்லையும் இல்லை. ஆனால் சட்டையை கழற்றும்போது, கறுப்பு முள் போன்ற புள்ளிகள் இருப்பது அருவருப்பாக உள்ளது.

இதுவரை எந்தவிதமான மருந்தும் சாப்பிடவில்லை. சிலர் இதை நாய்முள் என்றும், சிலர் தவளை சொறி என்றும், வேறு சிலர் விஷக்கடியாக இருக்கலாம் என்றும் சொல் கிறார்கள். எனவே இதற்கு தாங்கள் நல்ல பரிகாரம் சொல்ல வேண்டும்.

- அ. செல்வம், தஞ்சாவூர்

நீங்கள் குறிப்பிட்டுள்ள நோயை தவளை சொறி என்பார்கள். இதற்கு மருந்து சொன்னால் கேட்பதற்கு அருசையாக இருக்கும். அதாவது தங்கள் சிறுநீரையே பிடித்து, அந்த இடத்தில் தேய்த்து அரை மணிநேரம் ஊறிய பின் கடலை மாவு தேய்த்து குளித்து வர வேண்டும். இப்படி செய்து வந்தால் சரியாகிவிடும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 24. இதுவரை எனக்கு மீசை அரும்பு கூட விடவில்லை. நான் பலர் சொன்ன நாட்டு மருந்துகளை உபயோகித்தேன். இருப்பினும் பலன் கிடைக்கவில்லை. என்னை எல்லோரும் சிறு பையன் என்று கூறி எதிலும் சேர்த்துக் கொள்வதில்லை. இக்கட்டான இந்த நிலைமையில் இருந்து என்னை விடுவிக்க தக்க மருந்துகள் கூறுங்கள்.

- வி.கே. சேவியா, கும்மிடிப்பூண்டி

இதில் குறைபாடு ஒன்றும் இல்லை. இப்போது முகச் சவரம் செய்து கொள்ள ஒரு ரூபாய் கேட்கிறார்கள். மீசை இல்லை என்றால் அது மிச்சம்தான். உங்களுக்கு இதர ஆண் தன்மை இருக்கும் என்றுநம்புகிறேன்.

மீசை வளர வேண்டும் என்று விரும்பினால், அடிக்கடி நீங்களே சவரம் செய்யுங்கள்.

நல்லெண்ணெய் 200 மில்லி வாங்கவும். நாட்டு மருந்து கடையில் 5 கிராம் ஜடாமாஞ்சி வாங்கி பசுமபால் விட்டு அரைத்து நல்லெண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சவும். தைல பதத்தில் இறக்கி வைத்துக் கொண்டு அதை அடிக்கடி முகத்தில் பூசிக் கொண்டு வந்தால் மீசை முளைக்க ஆரம்பிக்கும்.

ஐயா! என் மைத்துனர் தையல் தொழிலாளியாக இருந்தார். அவருக்கு வயது 50. தையல் வேலை காரணமாக அவருக்கு முதுகு கேள்விக்குறி போல் வளைந்து விட்டது. நடக்கவும் முடியவில்லை. கைகளும் சக்தி இழந்து விட்டன. பல எண்ணை தடவியும் மருந்து சாப்பிடும் பலன் இல்லை. இப்போது உங்கள் ஆலோசனையை எதிர்பார்க்கிறார்.

- ஹபீர்சாகிப், திண்டிவனம்.

கீழாநெல்லி மூலிகையை வேருடன் பிடுங்கி வந்து மண் இல்லாமல் சுத்தம் செய்து நிழலில் உலர்த்தவும். நன்றாக உலர்ந்த பிறகு எடுத்து இடித்து ஜலித்து சூரணமாக்கிக் கொள்ளவும். அதன் எடைக்கு சமமாக கொல்லன் உலையில் கிடைக்கும் கிட்டம் தூள் செய்து இரண்டையும் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் அரை தேக்கரண்டி அளவு காலை மாலை தேனில் குழப்பி சாப்பிடவும். உடலில் ரத்தம் பெருகும். பித்தக் கோளாறும் நீங்கும்.கை கால் வலுவாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 28. தீபாவளியன்று புஸ்வாணம் மிகுந்த வேகத்தோடு விரல்களில் பாய்ந்து அதிக நாட்கள் கழித்து அந்த புண் ஆறியது. அதன் பிறகும் நகத்திற்கு கீழே இரு விரல்களில் தோல் நிறம் வெள்ளையாக இருக்கிறது. அது வழக்கமான நிறமாக மாறுவதற்கு என்ன வழி?

- கே.நாராயணன், திருநெல்வேலி

நெருப்பு சுட்ட புண்ணினால் ஏற்பட்ட வெள்ளை நிறம் தானாகவே நாட்கள் செல்லச் செல்ல மறைந்துவிடும். அந்த இடத்தில் தினசரி தேங்காய் எண்ணெய் தடவவும். இது குறித்து கவலைப்பட வேண்டாம். அது நோய் அல்ல.

ஐயா! எனக்கு ஏற்பட்டுள்ள சில சந்தேகங்களுக்கு விளக்கம் பெற இதனை எழுதுகிறேன். தயவு செய்து விளக்கம் அளிக்க கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

1. யோகாசன பயிற்சி மூலம் ஆரோக்கியமாக வாழ முடியுமா?

2. வல்லாரையை எந்த வழிகளில் எப்படி எப்படி பயன் படுத்தலாம்? அதனால் ஏற்படும் பயன் யாது?

3. பருத்திப் பால் சாப்பிடுவதால் ஏற்படும் நன்மை என்ன? பருத்திப்பால் சாப்பிடுவதால் ஆணுக்கு மலட்டுத் தன்மை ஏற்படுமா?

- அ. குப்புசாமி, திருச்சி

யோகாசனம் செய்வதால் தற்காலிகமாக உடல் தேற்றலாம். ஆனால் பொதுவாக அதிக மூச்சு வெளியில் போகக் கூடிய பயிற்சி எதுவானாலும் செய்யக் கூடாது. ஏனென்றால் பிராணனே மூச்சில்தான் உள்ளது. சாதாரணமாக நாம் சுவாசிக்கும்போது அந்த சுவாசம் 12 அங்குலம் வெளியே போகிறது என்றும் ஆனால் 8 அங்குலம்தான் உள்ளே போகிறது. இப்படி 4 அங்குலம் மூச்சு விடுவதால் ஆயுள் குறைகிறது. நடக்கும்போது 14 அங்குலமும், ஓடும்போது 22 அங்குலமும், உடல் உறவின் போது 8 முதல் 35 அங்குலமும் சுவாசம் போகிறது. இதனால் 100 வயது வரை இருக்கக் கூடிய ஆயுள் 48 அல்லது 50 வயதுக்குள் முடிந்து விடுகிறது.

யோகாசன பயிற்சியானாலும் இவ்விதம் அதிக அங்குலம் மூச்சு போகும்படி செய்யக் கூடாது. மூச்சை அடக்கி வைத்தால் அதிக நாள் வாழலாம்.

யோகத்திற்கும், ஆசனத்திற்கும் சம்பந்தம் இல்லை. யோகம் என்பது ஒன்று சேர்ப்பது. பிராணன், உடல் இரண்டையும் ஒன்று சேர்ப்பதுதான் யோகம். ஆசனத்தால் இதை போக்க முடியாது. அதை செய்யும் தந்திரத்தை ஒரு குரு மூலம்தான் அறிய முடியும்.

வல்லாரை என்னும் கீரை ஆயுள் கொடுப்பதில் சிறந்தது. இதன் இலைகளில் பச்சையாக 10 இலைகள் எடுத்து ஒரு சிட்டிகை சீரகம் சேர்த்து காலை வெறும் வயிற்றில் நன்றாக மென்று பசும்பால் சாப்பிட வேண்டும். பச்சையாக கிடைத்துவிட்டால் அதன் இலைகளை நிழலில் உலர்த்தி புட்டு அவிப்பதுபோல் பாத்திரத்தில் பசும்பால் விட்டு அவிக்கவும்.

பிறகு மீண்டும் நிழலில் உலர்த்தி இடிக்கும் முன் சற்று நேரம் வெயிலில் வைத்து எடுத்து இடித்து சூரணமாக செய்து கொள்ளவு. அதன் அளவுக்கு பனங்கற்கண்டு தூள் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் 2 தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து காலையிலும் மாலையிலும் மாலை 6 மணிக்கு பசும்பாலில் சாப்பிடவும்.

மின்சென் என்னும் சீனக்காரர் வல்லாரை சாப்பிட்டு 86 வயது வாழ்ந்து 30 மனைவிகளை திருமணம் செய்தார். சில வருடங்களுக்கு முன்புதான் இவர் காலமானார். தனது நீண்ட ஆயுளுக்கு காரணம் வல்லாரை தான் என்று மருத்துவ நிபுணரிடம் கூறினார்.

பருத்திப்பால் சாப்பிடுவதால் உடலில் உள்ள உஷ்ணம் நீங்கும். விந்து கட்டி, பெண் உறவில் அதிக பலத்தை கொடுக்கும். மலட்டுத் தன்மை உண்டாகும் என்பது அறியாமை.

ஐயா! ஆமை முட்டை சாப்பிடுவது நல்லதா? எத்தனை நாளுக்கு ஒருமுறை எவ்வளவு சாப்பிடலாம்? வறுத்து சாப்பிடலாமா? வேக வைத்து சாப்பிடவேண்டுமா? பச்சையாக குடிக்கலாமா? என்ற விவரங்களை தெரியப்படுத்தவும்.

- எச்.எம்.எம். சிஜர்பாஷா, சென்னை

ஆமை முட்டை சாப்பிட்டால் ஆமை போன்ற மந்த புத்தியும், உடல் தடிப்பும் உண்டாகும். ஆமை சாதாரணமாக முட்டைகளை கடற்கரைகளிலும், ஆற்றங்கரைகளிலும் மண்ணைத் தோண்டி உள்ளே வைத்துவிடும். பிறகு தண்ணீருக்குள் போய் விடும். தான் வைத்த முட்டைகளை மறந்து விடும். பிறகு அதுபற்றி எப்போது நினைவுக்கு வரும். அப்படி அது நினைக்கும் அதே நேரத்தில் மண்ணுக்குள் புதைத்து வைத்த முட்டை உடைந்து வெளியே வரும். இந்த முட்டைகளை சாப்பிட்டால் ஞாபக மறதியும் உண்டாகும். அதை சாப்பிடாதீர்கள்.

கிழங்கு வகைகள்: எதைச் சாப்பிடலாம்? எதைச் சாப்பிடக் கூடாது?

முள்ளங்கி மிகச் சிறந்த மூலிகை கிழங்கு. நாம் சமையலில் எத்தனையோ வகைக் கிழங்குகளை பயன்படுத்துகிறோம். அவற்றில் சில வகை கிழங்குகள் பயன் மிகுந்தவை. சில வகை கிழங்குகள் நாவுக்கு ருசியாக இருந்த போதிலும் உடலுக்கு தீங்கு விளைவிப்பவை.

பனங்கிழங்கு: உடல் உஷ்ணம் போக்கி, குளிர்ச்சியைத் தரும். மேனியை அழகுண்டாக்கும். ஆனால் நளமச்சல், கரப்பான் போன்றவையும் உண்டாகும்.

பேதிக்கிழங்கு: (ரேவல் சின்னி) குடலை சுத்தி செய்யும். நாள்பட்ட மலச்சிக்கலை நீக்கும். வீரிய விருத்திஉண்டு.

சேவனார் கிழங்கு: கப ரோகத்தை ஒழிக்கும். விஷத்தை உடனே அறுக்கும்.

பூமி சர்க்கரை கிழங்கு: உடல் பருக்கும். வெள்ளை மூலம் தீர்க்கும்.

முள்ளங்கி: இது மிக உயர்ந்த பயனுள்ள மூலிகை. வாதம், கரப்பான், வயிறு எரிச்சல், சூலை, குடல் வாதம், காசம், பல் நோய், பல் கிரந்தி, குன்மம், மூலக் கடுப்பு போக்கும்.

மஞ்சள்: உடலில் புலால் நாற்றத்தை எடுக்கும். கப வாத ரோகங்கள், தலைவலி, ஜலதோஷம், கடி விஷம், ரணங்கள் ஆகியவை போகும். புருஷ வசியம் இதற்கு உண்டு.

மரமஞ்சள்: மூக்கு நோய், மூல நோய், உள்சுரம், அரோசிதம் போகும்.

கஸ்தூரி மஞ்சள்: வீரியத்தை தரும்; கரப்பான், விரணம் தீரும்.

மாகயம் கிழங்கு (பெரு நன்னாரி மாவலி): மகா பித்தத்தை ஒழிக்கும். சிலேத்ம நோயை போக்கும். பசியை உண்டாக்கும்.

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு: (சதாவரி) வெடு மூத்திரம், உட்சூடு, வெள்ளை, பகிதை சுரம், ஆகியவைகளை நீக்கும்.

தாமரைக் கிழங்கு: கண்ணுக்கு ஒளி, குளிர்ச்சியைத் தரும். தலைச் சொறி, பித்தகாசம் நீங்கும். இதை வறுவலாக்கி செய்து சாப்பிடுவதுண்டு.

செவ்வள்ளிக் கிழங்கு: செம்பின் களிம்பை நீக்கும். அதை செந்தூரமாக்கும். பித்த பிரமேகத்தை விலக்கும்.

நெய்தற்கிழங்கு: கண் குளிரும், பித்தம் மாறும். சுக்கில விருத்தி உண்டாகும்.

செங்கழுநீர் கிழங்கு: புணர்ச்சியினால் எழும் வெப்பம், இருமல், சர்வ மேகம் ஆகியவற்றை நீக்கும். கண்களுக்கு குளிர்ச்சி, இதை நல்லெண்ணெயுடன் சேர்த்து தலைக்கு குளிக்கலாம்.

கொட்டிக் கிழங்கு: தேமல், பிரமேகம், தேகக் கடுப்பு, உட்சூடு நீங்கும்.

நிலப்பூசணிக் கிழங்கு: உடல் வலுக்கும். சப்த தாதுக்களும் இறுகும். தளர்ந்த உடல் வலுக்கும்.

இஞ்சி: ஒக்காளம், அதிசாரம், சந்நிபாத, சுரம், கபம் நீக்கும்.

காருங் கருணை: கரப்பான், சிரங்கு, கபக் கோழை, மந்தாக்கனி உண்டாக்கும். மூல ரோகத்தை நீக்கும்.

சேப்பன்கிழங்கு: இது கொடிய கபரோகத்தை சேர்ப்பிக்கும். மருந்துகளை முறிக்கும். நாக்குக்கு ருசியாக இருந்தபோதிலும் இதை சமையல் அறையில் நுழைய விடக் கூடாது.

பிரப்பன் கிழங்கு: சூலை பிடிப்பு, தந்த ரோகம், வாத ரோகம் ஆகியவற்றை ஒழிக்கும்.

சாறுடை கிழங்கு: சீதளம், தேமல், தழும்பு, குன்மம், சிறுசிரங்கு, காசம் இவைகள் போகும்.

கோவைக் கிழங்கு: குஷ்டம், குத்தல், இரைப்பு, கோழை, மதுப்பிரமேகம் நீங்கும்.

கொல்லன் கோவைக் கிழங்கு: கண்டமாலை, குஷ்டம், மகா விஷம், பாண்டு, கிரந்தி, சூலை வாதம் போக்கும்.

சீந்திற் கிழங்கு: சகல மேகம், மாந்தகரம், பேதி, சர்ப விஷம் போகும். பசியைத்தூண்டும்.

பொற் சீந்திற் கிழங்கு (அமிர்தா): மரு நீர், சயம், சர்ப்ப விஷம், ரத்த பித்தம் நீங்கும். காயசித்தி உண்டு பண்ணும்.

கருடன் கிழங்கு: அரையாப்பு, வெள்ளை, நொறுக்கு கரையாத கட்டி நீங்கும். சர்ப்பங்களை நடுங்க வைக்கும்.

உகைக் கிழங்கு: தேக புஷ்டியை உண்டாக்கும். சமையல் செய்து சாப்பிடக் கூடாது.

புளிதரளை கிழங்கு: செம்பின் களிம்பை நீக்கும்; வெளி முளை மூலத்தை அறுக்கும்; உணவில் சேர்த்து சாப்பிடலாம்.

பருக்கிழங்கு: வயிற்று இரைச்சல், சர்வ விஷம், வீக்கம், மேகப்பிணி அறும்.

பெருவள்ளிக் கிழங்கு: (ஆள்வல்லி) வாத மூலம், திரிதோஷ ஆற்றும், வாதகுன்மம் முதலிய நோய்களை உண்டாக்கும்; எனவே இதனை நீக்குக.

சிறுவள்ளிக் கிழங்கு: மந்தம், கரப்பான், கபம், மூளை மூலம் உண் டாக்கும்; அறவே நீக்கும்.

காய் வள்ளிக்கிழங்கு (வெற்றிலை கிழங்கு): பலவித ரணங்களை உண்டாக்கும்; விலக்குக.

சர்க்கரை கிழங்கு: நல்ல மலத்தின் குணத்தை கெடுக்கும்; மூல முளை, கிராணியை உண்டாக்கும். இதை விலக்கவும்.

சிறுகங்கிழங்கு: சஞ்சீவி, முத்தோசத்தையும் அகற்றும்; மேனி தரும்; விஷ மருந்தின் வேகத்தை தணிக்கும்.

கோரைக் கிழங்கு (முத்தக்காசு): சீத சுரம், வாதசுரம், பித்தம் போக்கும். வாதப் பிணிகள் அறும். குதிங்காலைப் பற்றிய வாயு, சயரோகம் மற்றும் பல பிணிகளை நீக்கும்.

மருக்கிழங்கு: மகோதரம், தொண்டைக் கட்டு, பெருவயிறு, சோகை, மூலம் போக்கும்; பசியைத் தூண்டும்.

வெங்காயம்: தேக வெப்பம், மூலம், கிரந்தி, ரத்த பித்தம், தீராத தாகம் அறும். ஆனால் சன்னி, காசம், வயிறு உப்பிசம், மந்தம் உண்டாகும்.

நரி வெங்காயம்: மூல கபரோகம், சர்ப்ப விஷம், கோழை விலகும்.

கிட்டிக் கிழங்கு: பசியை தூண்டும்; கபம் பிரமேகம் போக்கும்.

ஐயா! என் உடல் பருமனாகிறது. குள்ளமாகவும் உள்ளேன். தற்கொலை செய்து கொள்ளும் அளவுக்கு எல்லோரும் கேலி செய்கிறார்கள்.

நான் பல்லடத்தில் மூட்டை தூக்கி பிழைக்கிறேன். என் பிரச்சினையை தீர்க்க தாங்கள் உதவும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- என்.சந்திரசேகர், பல்லடம் பஸ் நிலையம்

தங்கள் வயது என்ன என்பதை குறிப்பிடவில்லை. குள்ளமாக இருப்பவர்களை உயரமாக்க மருந்து கிடையாது.

நீங்கள் மூட்டை தூக்கும் வேலை செய்வதால் உடலில் சதைப் பிடிப்பு இருப்பது நல்லதுதான். எத்தனையோ பேர் சதைப் பிடிக்க மருந்து கேட்கிறார்கள். ஆகவே தாங்கள் வருந்த வேண்டியது இல்லை.

தினசரி வேப்பிலை ஒரு கைப்பிடி எடுத்து தண்ணீர் தெளித்து அரைத்து 2 கோலி அளவுக்கு காலை வெறும் வயிற்றில் வாயில் போட்டு தண்ணீர் குடிக்கவும். இதனால் உடலில் இருக்கும் நீர் அகன்று ஆரோக்கியம் பெறலாம். புலால் உணவுகளை அதிகமாகச் சாப்பிடக் கூடாது. இதனால் சதைப் பிடிப்பு அதிகமாகும். ஒரு நாளைக்கு 3 வேளைக்கு மேல் சாப்பிடாதீர்கள்.

ஐயா! என் மகளுக்கு வயது 23. ஐந்து மாதங்களுக்கு முன் கல்யாணம் ஆனது. ஆனால் பெண் கணவன் வீட்டில் வாழாமல் பிறந்த வீட்டிலேயே இருக்கிறது. காரணம் உடம்பு குண்டாக இருப்பதுதான். கல்யாணம் ஆன அன்று தான் பெண்ணுடன் பேசியதுதான், அதன் பிறகு பெண்ணுடன் மாப்பிள்ளை பேசியது கிடையாது. மாதம் 5 ஆகி விட்டது. இன்னமும் பேசுவது இல்லை. தினமும் கண்ணீர் விட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம். பெண் பார்க்க லட்சணமாக இருப்பாள்.

தயவு செய்து உடல் மெலிந்து அழகாக இருக்க தங்களிடம் ஏதேனும் மருந்து இருக்குமானால் தெரியப்படுத்தவும். வியர்வை அதிகமாக கொட்டுகிறது. கை, கால்களில் வியர்வை கசிகிறது. சட்டை நனைந்து விடுகிறது. நடக்க முடியவில்லை. இதைத் தாங்கள் குணப்படுத்துவீர்களானால் மிக்க நன்றியுள்ளவனாக இருப்பேன்.

- சாந்தி, திருச்சி

கருப்புப்பு என்னும் கட்டி உப்பு நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதில் 100 கிராம் வாங்கி தூள் செய்யவும். அதில் வேலி பருத்தி என்னும் உத்தரமணி சாறு விட்டரைத்து சுண்டைக்காயளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி வெயிலில் காய வைத்து புட்டியில் அடைக்கவும்.

இம் மாத்திரையை காலை 5 மணிக்கு, மாலை 6 மணிக்கு ஒரு மாத்திரை வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வர உடலில் நீர் வற்றும். மாதவிடாய் சரியாகப் போகாமலிருந்தால் சரிவரப் போகும்.

ஐயா! கோழி முட்டையில் வெள்ளை, மஞ்சள் கருவில் எதை சாப்பிட்டால் உடம்புக்கு பலம் கிடைக்கும். நான் இரண்டையும் சாப்பிடுவதால் உடல் பெருக்கிறது. எனவே இதற்கு விளக்கம் தெரிவிக்கவும்.

- சந்திரன், சென்னை

கோழி முட்டையில் மஞ்சள் கரு கொழுப்பு. வெள்ளைக் கரு கால்சியம் என்னும் புரதச் சத்து கொண்டது. உடம்பில் சதைப் பிடிக்க விரும்புபவர்கள் இரண்டையும் சேர்த்து சாப்பிட வேண்டும். உடம்பு இளைக்க விரும்புகிறவர்கள் வெள்ளைக் கருவை மட்டும் பச்சையாக எடுத்து அதன் அளவில் பாதி அளவுக்கு தேன் சேர்த்து கலக்கி சாப்பிடுவது நல்லது. உணவோடு சாப்பிடும்போது இரண்டையும் சேர்த்து பக்குவம் செய்து சாப்பிட வேண்டும். முட்டையையும் பாலையும் சிலர் சேர்த்து சாப்பிடுவார்கள். அது கூடாது. பாலை தனியாக சாப்பிட வேண்டும். அதுவும் முட்டை சாப்பிட்ட உடன் பால் சாப்பிடக் கூடாது.

ஐயா! என் வயது 39. ஒரு வருடத்துக்கு முன்பு நான் மலேயாவில் இருந்தபோது திடீர் என்று நெஞ்சுவலி ஏற்பட்டு 4 நாட்கள் ஆஸ்பத்திரியில் சிகிச்சை பெற்றேன். நெய், எண்ணெய் கொழுப்பு உணவுகளை உபயோகிக்காமலும், இரவில் சாதம் சாப்பிடாமலும் இருந்து வருகிறேன். என் உடம்பு பருத்துக் கொண்டே வருகிறது. இதற்கு என்னசெய்ய வேண்டும்?

- கு. ராதாகிருஷ்ணன், திருவாரூர்

உடலில் உள்ள ஊளைச் சதையை மருந்தால் கரைப்பது எளிதில் முடியாதது. அதற்கு சில உப்புகளினால் செய்த மருந்தும் உண்டு. சோடா உப்பு, வெண்காரம், படிகாரம் முதலியவைகளை பஸ்பம் செய்து சாப்பிட்டால் சதை கரையும். ஆனால் மறுபடியும் ஏறும்.

ஆகவே உடற்பயிற்சி, உணவு வகைகளை மாற்றுதல் அவசியம். உடற் பயிற்சியில் நடை, நீச்சல் இரண்டும் மிகச் சிறந்தது. அதிக மூச்சு வெளிப்படும் அளவுக்கு எந்த உடற்பயிற்சியும் செய்யக் கூடாது.

உணவில் ஒருமுறை அரிசி சாதம் சாப்பிட்டால் மற்ற நேரம் கோதுமை, ராகி, கம்பு போன்றவைகளை உபயோகிப்பது நலம். இனிப்பு, எண்ணை பலகாரங்கள் கூடாது. உருளை, சேப்பங்கிழங்கு, வள்ளிக்கிழங்கு, வாழைக்காய், வாழைப்பழம் ஆகியவைகளையும் விலக்கி விடுவது நல்லது.

ஐயா! எனக்கு ஒரு சந்தேகம். அதை தங்களிடம் கேட்டு தெரிந்து கொள்ள ஆவலாக இருக்கிறேன். அதாவது எலுமிச்சை பழச் சாறு, தேன் இரண்டையும் நீரில் கலந்து சாப்பிட்டால் என்ன பலன்? அதனால் கெடுதல் ஏதும் உண்டா? என்பதை விவரமாகக் கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- கே.சஞ்சீவி, திருச்சி

ஆண்கள் எலுமிச்சம் பழத்தின் ரசம், பச்சையாக தனித்து சாப்பிடக் கூடாது. அப்படி சாப்பிட்டால் விந்துவை நீராக்கி விடும். வாய்க்கு ருசியாக இருப்பதற்கு சர்க்கரையை எலுமிச்சை ரசத்தில் சேர்த்து சாப்பிடுகிறார்கள். இதுவும் தவறு.

எலுமிச்சை ரசத்தை தண்ணீரில் விட்டு தகுந்த அளவுக்கு உப்பு சேர்த்து கலக்கி சாப்பிடுதல் நன்று. அப்படி சாப்பிட்டால் மேற்கண்ட குற்றம் வராது. எலுமிச்சம் பழ ரசம் தேன் இவ்விரண்டையும் சம அளவு எடுத்து வெந்நீரில் கலக்கி சாப்பிடுவது நல்லது. இருதயத்துக்கு நல்லது. பலத்தைக் கொடுக்கும். உடலில் ஊளைச் சதை அதிகம் உள்ளவர்களுக்கு மேற் சொன்ன பானம் ஊளையை குறைத்து விடும். பித்தம், வாந்தி முதலியவை குணமாகும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 25ஆகிறது. என் எடை 75 கிலோ. ஆகவே எடை குறைய அருகம்புல் சாறு தினமும் ஒரு தம்ளர் வெறும் வயிற்றில் குடிக்கச் சொன்னார்கள். இதனால் எடை குடையுமா? அல்லது எடை குறைய வழி என்ன? நான் தினசரி வெளியில் சைக்கிளில் சுற்றுவதால் சாப்பாட்டையும் தீனியையும் குறைக்க முடியவில்லை. தயவு செய்து விளக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- எஸ்.ராஜன், திண்டுக்கல்

'மிகினும் குறையினும் நோய் செய்யும்' என்று வள்ளுவர் சொல்கிறார். தன் ஊனைப் பெருக்குவதற்கு ஊன் சாப்பிடுபவர்களுக்கு கடவுள் அருள் எங்கு கிடைக்கும் என்கிறார். கடவுள் அருள் எப்படியாவது போகட்டும். பிற ஊனை சாப்பிட்டால் உடலில் பல நோய்கள் வருவதோடன்றி, வேண்டாத தசை வளர்ந்து உடல் பருத்து நோய்களை உண்டாக்கும்.

வயது ஏற ஏற கால்வலி, மூட்டு வலி உட்கார்ந்தால் எழுந்திருக்க முடியாமை, மலச்சிக்கல் முதலிய நோய்கள் தோன்றும். ஆகவே உணவை கட்டுப்படுத்தாவிடில் எடையைக் குறைப்பது கடினம். உணவை அதிகம் சாப்பிடுவதால் நம் சுவாசங்கள் அதிக அளவில் வெளியேறி சீக்கிரத்தில் மரணம் சம்பவிக்கும். இரவு காலங்களில் கோதுமை அல்லது ராகி என்னும் கேப்பை உணவு அருந்துவது நல்லது. புளிப்பு வகைகள் முடிந்த அளவுக்கு விலக்க வேண்டும்.

துவரம் பருப்பு, மொச்சை, காராமணி என்னும் தட்டைப் பயிறு முதலியன சாப்பிடுதல் கூடாது. உப்பை கூடிய வரை குறைத்து சாப்பிட வேண்டும். அருகம்புல் சாப்பிடலாம். ஆனால் அதுடன் பெருஞ்சீரகம் சேர்த்து சாப்பிட வேண்டும். அருகம்புல் ஒரு கைப்பிடி, பெருஞ்சீரகம் எனும் சோம்பு ஒரு கைப்பிடி இவை இரண்டையும் சேர்த்து இடித்து ஒரு மண் சட்டியில் வைத்து 4 தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு கொதிக்க வைத்து ஒரு தம்ளராக சுண்ட வைத்து வடிகட்டி வெறும் வயிற்றில் ஒரு தம்ளர் சாப்பிடவும். இப்படி சாப்பிடுவதால் ஓரளவு எடை குறையும். அதனால் பலவித நோய்களும் அகலும்.

ஐயா! எனக்கு 2 வருடங்களுக்கு முன்பு கர்ப்பப்பை பலவீனமாகி இறங்கி விட்டதாகக் கூறி அதை எடுத்துவிட வேண்டும் என்றார்கள். எனக்கு இஷ்டம் இல்லை என்றாலும், உறவினர்கள் சொன்னதால் எடுத்து விட்டேன். வயது 31 ஆகிறது. என் உடலும், வயிறும் பெரிதாகிக் கொண்டே போகிறது. அதிகமாக சாப்பிட முடியவில்லை. சாப்பிட்டவுடன் மிகவும் கஷ்டமாக இருக்கிறது. நான் ஒரு ஏழை. ஒரு தொழிற் சாலையில் வேலை பார்க்கிறேன். எனக்கு நல்ல மருத்துவம் தெரிவிக்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

- குணசுந்தரி, சென்னை

வெங்காரம் என்பது நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இதை தங்க நகை செய்யும் ஆசாரிகள், தங்கம், வெள்ளியை உருக்கப் பயன்படுத்துவார்கள். இதில் 50 கிராம் வாங்கவும்.

அதை பொடி செய்து மண்சட்டியில் போட்டு நெருப்பில் வைக்கவும். அது பொங்கிப் பொங்கி வரும். அதை எடுத்து தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இரவில் படுக்கப் போகும் போது இதில் 2 சிட்டிகை எடுத்து ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து குடிக்கவும். இது ஸ்தூல உடம்பை குறைக்கும். எத்தனை நாட்கள் வேண்டுமானாலும் சாப்பிடலாம்.

ஐயா! நான் சிறு வயதில் இருந்தே உடம்பு நோஞ்சானாக இருக்கிறேன். நன்றாக சாப்பிடுகிறேன். இருந்தாலும் கூட சட்டையைக் கழற்றினால் எலும்பு கூடுபோல் இருக்கிறேன். என் உடல் நன்றாக தேறுவதற்கு மருந்து கூறும்படி வேண்டுகிறேன்.

- கைபுள் பாஷா, சென்னை-34

உடலில் அதிக உஷ்ணம் இருக்கக் கூடாது. உஷ்ணத்தால் சிலருக்கு குடல் சிறுத்து பசி இல்லாமல் இருக்கும்.

தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கு, நிலப் பனங்கிழங்கு, பனங்கற்கண்டு ஆகியவைகள் நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இவற்றை தலா 100 கிராம் வீதம் வாங்கவும். இரண்டு கிழங்குகளையும் நன்றாகப் பொடி செய்து கொள்ளவும்.

பிறகு ஜலித்து, பனங்கற்கண்டு வைத்து இடித்தால் லேகியம் போல் இருக்கும். இதில் நெல்லிக்காய் அளவுக்கு காலையிலும், மாலையிலும் 3 மாதங்கள் சாப்பிடவும். உடல் பலவீனம் தேறி நல்ல சதை பிடிப்பு வரும்.

ஐயா! எனக்கு வயது 16. என்னுடைய உயரம் 4 அடி. ரொம்பவும் ஒல்லியாக இருக்கிறேன். நான் உயரமாகவும், குண்டாகவும் வழி உண்டா?

- அ.பஷீர்கான், சேலம்

தங்களுக்கு வயது 16 தான் ஆகிறது. இன்னும் நீங்கள் உயரமாய் வளரக் கூடும். போதிய அளவு உயரம் வராவிடினும் கவலைப்படாதீர்கள். குட்டை நெட்டையாக்க முடியாது. நம்முடைய நாட்டில் பிரதம மந்திரியாக இருந்த லால் பகதூர் சாஸ்திரி அவர்கள் மிகவும் குட்டைதான். கள்ளனை நம்பினாலும் நம்பலாம் குள்ளனை நம்பக் கூடாது என்று பழமொழி ஒன்றுண்டு. ஆகவே குள்ளனுக்குத்தான் அறிவு அதிகம். ஆனால் ஒன்று செய்யலாம். குண்டாக வேண்டுமென்றால் ஓரிதழ் தாமரை என்னும் ரத்தனபுஷ் 500 கிராம் நாட்டு மருந்துக் கடையில் வாங்கி அதை இடித்து பொடியாக்கி வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை ஒரு தேக்கரண்டி அளவு சாப்பிடவும். உடல் பருமன் ஆகும். ஆனால் பார்த்து கொள்ளுங்கள் உடல் பருத்து விட்டால் இன்னும் குள்ளமாகக் காட்சியளிப்பீர்கள்.

ஐயா! என் வயது 30. திருமணமாகி 3 குழந்தைகள் உண்டு. உடலில் அதிக சூடு உள்ளது. அதிக நேரம் உட்காரவோ, நடக்கவோ முடியாமல் அசதியாகவும், கை கால் கடுப்பாகவும் உள்ளது. காலையில் ஊற வைத்த வெந்தயத்தை அரைத்து வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டேன். ஓரளவு குணம் அடைந்தது. தொடர்ந்து சாப்பிட்டால் ஆகாது என்றதால் நிறுத்தினேன். மறுபடி தொந்தரவு செய்கிறது. ஆகவே வெந்தயம் தொடர்ந்து சாப்பிடலாமா? நான் அரசாங்க சிப்பந்தி. உயர் பதவிக்கு படித்து வருகிறேன். மறதியால் கஷ்டப்படுகிறேன். இதற்கு ஏதும் மருந்து உண்டா?

- எல்.பி.நாதன், காரைக்குடி

வெந்தயத்தை தொடர்ந்து சாப்பிடுவதால் எந்த குற்றமும் இல்லை. இது உடலில் உள்ள உஷ்ணத்தை குறைக்கும்.

ஞாபக மறதிக்கு சிறந்தது வல்லாரை மூலிகை. இது உடலில்உள்ள உஷ்ணத்தைக் குறைக்கும். ஞாபக மறதிக்கு சிறந்தது வல்லாரை மூலிகைதான். அதன் இலைகளை எடுத்து பானையில் பசும் பால் ஊற்றி ஏடு கட்டி அதில் இலைகளைப் போட்டு பசும்பால் ஆவியில் வேக வைக்கவும்.பிறகு நிழலில் உலர்த்தி இடித்து பொடி செய்யவும். அதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம், காலை மாலை பசும் பாலில் சாப்பிடவும். நல்ல ஞாபக சக்தி உண்டாகும்.

ஐயா! என் வயது 15, எனக்கு மறதி அதிகமாக உள்ளது. நான் விரைவில் ஞாபக சக்தியை இழந்து விடுகிறேன். எனவே உங்கள் ஆலேசனையை பெற ஆவலுடன் இருக்கிறேன்.

- கே.சரவணன், நன்னிலம்

ஐயா! நான் மாணவன். வயது 17. மேல்நிலைப் பள்ளியில் படிக்கிறேன். எனக்கு ஞாபக மறதி அதிகம். படித்ததை விரைவில் மறந்து விடுகிறேன். படித்த படிப்பு மனதில் நிற்க மாட்டேன் என்கிறது. இதனால் என்னை மக்கு மக்கு என்று ஆசிரியர் அழைக்கிறார். நானும் கஷ்டப்பட்டு தான் படிக்கிறேன். இதற்கு உங்கள் ஆலோசனையை பெற விரும்புகிறேன்.

- ராஜேந்திரன், ராசிபுரம்

50 வயதுக்கு மேல் வர வேண்டிய மறதி தங்களுக்கு 15 வயதில் வந்துவிட்டது. வல்லாரை என்று ஒரு இலை உண்டு. இது ஞாபக சக்திக்கு சிறந்த மூலிகை. அந்த இலைகள் நீர்ப்பாசனம் மிகுந்த இடத்தில் கிடைக்கும்.

அந்த இலைகளை நிழலில் உலர்த்திபொடி செய்து அதன் எடைக்கு 6ல் ஒரு பங்கு வறுத்து இடித்து சீரக தூள் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். காலையிலும், மாலையிலும் இதில் அரை தேக்கரண்டி வீதம் எடுத்து பாலில் சாப்பிடவும்.

நீண்ட ஆயுளைப்பெற ஞாபக சக்தியை வளர்க்க...

மருத்துவப் பயன் மிகுந்த மூலிகையான வல்லாரை தரையை ஒட்டி படரக் கூடியது. ஈரமுள்ள இடங்களில் பயிராகும். நம் தோட்டத்திலும் வளர்க்கலாம்.

இந்த மூலிகை ஞாபக சக்தியை வளர்ப்பது. சிறு வயதினர் இதைப் பயன்படுத்துவது நல்லது. ஏனெனில் கல்வியை திறம்பட கற்க உதவும்.

ஹிஸ்டீரியா என்னும் சித்த பிரமைக்கு இம்மூலிகையை பிரத்யேகமாகச் சாப்பிட அந்த நோய் குணமாகும். இதன் பசும் இலைகளை 5 முதல் 10 வரை மென்று சாப்பிடலாம். நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு தண்ணீர் விட்டு டீ தயாரிப்பது போல் தயார் செய்து சாப்பிடலாம். உடலில் உள்ள பல பிணிகளை போக்கி உடலை நீட்டி உயிரை மீட்டும்.

என்வி என்னும் சீன நாட்டவர் ஒருவர் 236 வருடங்கள் உயிருடன் இருந்தார். 30 மனைவிகளை ஒன்றன் பின் ஒன்றாக மணந்தார். 192 பிள்ளைகள், பேரப்பிள்ளைகள் உண்டு.

இவருடைய நீண்ட ஆயுளுக்கு காரணம் கண்டுபிடிக்க பிரபல டாக்டர்கள் அவரை அணுகி விசாரித்தனர்.

எல்லோரையும் போலவே உணவும் தூக்கமும் உண்டு. ஆனால் காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு டம்ளர் அளவு வல்லாரையின் சாறு குடித்து வந்ததாகவும் தன்னுடைய 40வது வயதில் ஆரம்பித்து ஒருநாள் தவறாது சாப்பிட்டு வந்தார். தலைவலி, சுரம் என்று ஒருநாளும் அவர் படுத்தது இல்லையாம்.

வல்லாரையை லேகியமாகவும் கிருதமாகவும் சித்த ஆயுர்வே மருத்துவர்கள் பயன்படுத்துவர். நோய் வந்த பிறகு மருந்து வரை அலையாமல் அதற்கு முன்பே வல்லாரையை அணுகினால் நோயற்ற செல்வமான நிறைவான வாழ்க்கையை அனுபவிக்கலாம்.

ஐயா! நான் பள்ளியில் படிக்கும் மாணவன். சிறந்த மதிப்பெண்கள் பெற்று திகழ்பவன். கடந்த 2 வருடங்களாக ஏனோ என்னுடைய ஞாபக சக்தி குறைந்து கொண்டே வருகிறது. படிப்பில் மந்த குணம், சோம்பல் ஆகியவை உள்ளது. ஒரு பொருளை ஒரு இடத்தில் வைத்தால் அந்த இடத்தை கண்டுபிடிக்க முக்கால் மணி நேரமாகிறது. ஆகவே நான் மீண்டும் ஞாபக சக்தியைப் பெற என்ன வகையான மருந்து சாப்பிட வேண்டும் என்பதை தெரியப்படுத்துங்கள்.

- ஏ.கணேசன், திண்டிவனம்

பள்ளிப் பருவத்திலேயே ஞாபக மறதி வருவது வருத்தத்தக்கது. தங்கள் மனம் பல இடங்களில் சிதறி உள்ளதால் இவ்வித மறதி ஏற்படலாம். மனதை ஒருமுகப்படுத்திக் கொண்டால் மறதி வராது.

சுக்கு, ஓமம், மஞ்சள், மரமஞ்சள், இந்துப்பு, வசம்பு, அதிமதுரம், கோஷ்டம், அரிசி திப்பிலி, சீரகம் ஆகியவைகளை 5 கிராம் வீதம் வாங்கிக் கொள்ளவும்.

இதில் சுக்கு, மஞ்சள், மரமஞ்சள், இந்துப்பு, வசம்பு ஆகியவை தவிர மற்றவைகளை லேசாக வறுத்துக் கொண்டு பின்னர் ஒன்றாக சேர்த்து இடித்து நன்றாக ஜலித்து சூரணம் செய்து கொள்ளவும்.

இதை காலை மாலை அரை தேக்கரண்டி அளவுக்கு எடுத்து பாலில் அல்லது தேனில் சாப்பிட்டு வந்தால் நல்ல ஞாபக சக்தியோடு, சோம்பல், புத்தி மந்தம் இவைகளை நீக்கும். இது ஒரு அற்புத மருந்து. மூளையும் பலமாகி மேதாவிகளாக வருவார்கள்.

ஐயா! நான் ஞாபக மறதியால் மிகவும் சிரமப்படுகிறேன். இதனால் பரீட்சையிலும் தோல்வி அடைந்து விட்டேன். உடலில் சட்டையைப் போட்டுக் கொண்டே உடை எங்கே என்று தேடும் அளவுக்கு ஞாபக மறதி அதிகமாக உள்ளது. இதை குணப்படுத்த எனக்கு நீங்கள்தான் வழிகாட்ட வேண்டும்.

- எஸ். காஜாமுகமது, புதுக்கோட்டை

வல்லாரை என்ற மூலிகை உண்டு. இதை இடித்து பிழிந்தசாறு 1 லிட்டர், தேங்காய்ப் பால் 1 லிட்டர் இது இரண்டையும் சேர்த்து ஒரு இரும்பு வாணலியில் இட்டு காய்ச்சவும். எண்ணெய் நன்கு பிரிந்த பிறகு பிறகு எண்ணெயைப் பக்குவமாக வடித்து ஒரு புட்டியில் அடைத்து 10 சொட்டுகள் பாலில் அல்லது வெந்நீரில் விட்டு காலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும். தங்கள் நோய் குணமாகும்.

ஐயா! நான் 10வது வகுப்பு படிக்கிறேன். வயது 15. நான் எதை படித்தாலும் சீக்கிரமாக மனதில் பதிவதில்லை. ஆகவே இதற்கு ஒரு வழி கூறுங்கள்.

- கே. பாண்டியன், கரூர்

சிறு வயதிலேயே ஞாபக சக்தி குறைவு என்று பலர் எழுதுகிறார்கள். இதற்கு முன்பு பல முறை வல்லாரை பற்றி கூறி இருக்கிறேன். வல்லாரை மூலிகை மட்டுமல்ல, கற்ப மருந்து. அதை நிழலில் உலர்த்தி இடித்து சூரணம் செய்து காலை, மாலை அரைத் தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து நெய் அல்லது சர்க்கரை சேர்த்து சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் தேறும். ஞாபக சக்தி பெருகும். இடிக்கும் முன் 2 மணி நேரத்திற்கு முன்னதாக வெயிலில் காய வைத்து இடித்தால்தான் பொடியாகும். இதை மாதக் கணக்கிலும் சாப்பிடலாம்.

கொல்லன் உலையில் கிடைக்கும் 'கிட்டம்' என்றால் என்ன?

இதனை *'அயச் சிட்டம்'* என்றும் சொல்வது உண்டு. இரும்பைக் காய்ச்சும்போது கருமை நிறத்தில் கெட்டியாக கிடைக்கும். இதனை தூள் செய்து இதர மருத்துவத்துள் சேர்ப்பதுண்டு. இரும்பு சத்து குறைபாடினால் ஏற்படும் மஞ்சள் காமாலை, உடல் சத்து குறைபாடு நோய்களுக்கு இதனை தருவது உண்டு. மண்டூரம் என்றும் சொல்வதுண்டு.